

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ»**

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

Сертификат : ba60661853ff4e4ed072e96f287dec042ccdeda6

Владелец: Бельский Сергей Михайлович

Действителен с 31.10.2022 по 31.01.2024

Факультет психологии, журналистики и дизайна



Утверждаю:
Ректор АНО ВО «ВГИ»
С.М. Бельский
«19» мая 2023 г.

**Учебно-методический комплекс по дисциплине
«ОСНОВЫ ПСИХОДРАМЫ»**

ФГОС ВО: Дата утверждения, № приказа	29 июля 2020 г. Приказ № 839
Направление (шифр и название)	37.03.01 «Психология»
Квалификация (степень)	Бакалавр
Дата принятия, протокола Ученого совета	19 мая 2023 г. Протокол № 11

Волгоград 2023 г.

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«ОСНОВЫ ПСИХОДРАМЫ»**

**Основная профессиональная образовательная программа
высшего образования - программа бакалавриата
по направлению подготовки 37.03.01 «Психология»**

Направленность (профиль) программы:

33 Сервис, оказание услуг населению (торговля, техническое обслуживание, ремонт, предоставление персональных услуг, услуги гостеприимства, общественное питание и прочие) (в сфере индивидуального психологического консультирования и сопровождения лиц, нуждающихся в психологической помощи)

Форма обучения – очная, очно-заочная

Волгоград, 2023 г.

1. Цели и задачи освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Основы психодрамы» являются формирование и развитие научных психологических знаний у студентов в области психодрамы, знакомство с теорией и историей создания психодраматических направлений, овладение приемами и техниками психодрамы.

В процессе освоения дисциплины решаются следующие задачи:

- формирование знаний об основных понятиях и теориях психодрамы;
- изучение основных методов психодрамы;
- изучение психодраматических направлений;
- усвоение основных принципов и техник терапевтической работы в психодраме;
- формирование навыков диагностики проблематики клиента в психодраме;
- развитие способности строить терапевтическую стратегию в работе с клиентом в психодраме;
- формирование умения органично вплетать психодраматические приемы в общую канву психокоррекционной и психотерапевтической работы.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Основы психодрамы» относится к Блоку 1 части, формируемой участниками образовательных отношений основной профессиональной образовательной программы бакалавра.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы бакалавриата, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

В результате освоения учебной дисциплины обеспечивается формирование универсальных, общепрофессиональных компетенций.

Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач (УК – 1).

Способен выполнять свои профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры (ОПК – 8).

Наименование и код компетенции (Результаты освоения программы бакалавриата)	Индикатор достижения компетенций Составляющие результатов освоения Показатели оценивания (знания, умения, навыки)
УК – 1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	Знать: методики поиска, сбора и обработки информации; - актуальные российские и зарубежные источники информации в сфере профессиональной деятельности; - метод системного анализа. Уметь: применять методики поиска, сбора и обработки информации; - осуществлять критический анализ и синтез информации, полученной из разных источников;

	- применять системный подход для решения поставленных задач. Владеть: методами поиска, сбора и обработки, критического анализа и синтеза информации; - методикой системного подхода для решения поставленных задач
ОПК – 8. Способен выполнять свои профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры.	Знать: базовые процедуры анализа проблем человека и социализации индивида, проблем профессиональной и образовательной деятельности, характеристики функционирования людей с ограниченными возможностями и различными заболеваниями; Уметь: проводить базовые процедуры анализа проблем человека и социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, анализировать характеристики функционирования людей с ограниченными возможностями и различными заболеваниями; Владеть: владение полученными знаниями и навыками в процессе анализа проблем человека и социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей с ограниченными возможностями и различными заболеваниями.

Очная форма обучения

4. Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы (144 часа), в т.ч. контактная работа обучающихся с преподавателем - лекционные занятия 24 часа, практические занятия 78 часов, форма контроля – зачет с оценкой (4 часа).

Самостоятельная работа 38 часов.

5. Содержание дисциплины (очная форма обучения)

5.1. Учебно-тематический план.

п/	Наименование раздела (темы) дисциплины	Количество часов			
		Контактная работа		Самостоят. работа	Всего
Лекции	Практич. занятия				
1.	Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты.	2	8	4	14
2.	Основные психодраматические понятия и техники.	4	8	6	18
3.	Фазы/этапы психодрамы.	4	10	4	18

4.	Психодрама и социометрия.	2	8	4	14
5.	Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.	2	10	4	16
6.	Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.	2	6	4	12
7.	Психотерапевтические принципы в психодраме.	2	8	4	14
8.	Психодрама и психоанализ.	2	6	4	12
9.	Практическое применение психодрамы	2	8	2	12
10.	Катарсис и инсайт в психодраме.	2	6	2	10
	Вид промежуточной аттестации	Зачет с оценкой			4
	Всего	24	78	38	144

5.2. Содержание лекционных занятий.

Тема 1. Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкции

Презентация

История возникновения психодрамы, социометрии и групповой психотерапии Я.Л. Морено, особенности личности, этапы жизненного пути и поиски своего метода. История возникновения психодрамы, социометрии и групповой психотерапии.

Ранние психодраматические и социометрические опыты Я.Л. Морено. Этапы психодраматического движения. Новаторские идеи Морено в Европе до 1925г. Пионерская работа Морено в США до 1950. Развитие методов социометрии, исследование в тюрьме Синг-Синг и Гудзонской школе.

Занятие проходит в интерактивной форме: презентация

Тема 2. Основные психодраматические понятия и техники.

Деловая игра

Базовые понятия и техники психодрамы: протагонист, директор психодрамы, сцена, вспомогательные «Я», дубль, дублирование, роль, обмен ролями, добавочная реальность, стул-собеседник, зеркало, хор.

Техники психодрамы.

Занятие проходит в интерактивной форме: деловая игра.

Тема 3. Фазы/этапы психодрамы

Основные этапы психодраматической сессии: «разогрев», действие, заключительная или фазаобсуждения.

Содержание, задачи каждого этапа, особенности работы ведущего психодрамы и групповые процессы.

Содержание, задачи основных этапов психодраматической сессии.

Тема 4. Психодрама и социометрия

Связь социометрии и психодрамы в концепции Я.Л. Морено.

Социометрии социометрические критерии, социограмма.

Социодрама, как метод проработки межгрупповых проблем.

Понятия «социальный атом», «регенерация» социального атома и «социальная смерть».

Тема 5. Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ

Учебный тренинг

Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы.

Проблемы психотерапевта и их влияние на особенности групповой работы.

Методы самостоятельной работы руководителя группы, супервизия.

Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы, необходимые для успешной психотерапевтической работы с группой (качества успешного психотерапевта).

Профессиональные требования к директору, его роли: аналитик, режиссер, терапевт, ведущий (П. Келлерман).

Контрпереносные реакции, личность ведущего, этические требования и проблема границ.

Занятие проходит в интерактивной форме: учебный тренинг.

Тема 6. Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ

Ролевая игра и психодрама, сходство и отличия (задачи, области применения, временные ограничения, соотношение импровизации и заданного сценарием, активность и ответственность ведущего, его роли, содержательные отличия, касающиеся заключительной фазы).

Ролевые игры как метод обучения навыкам в социально-психологическом тренинге (А. Ментс). Особенности работы с разновозрастными категориями клиентов, ограничения ролевой игры.

Применение методов ролевой игры при решении проблем общения и обучения практическим навыкам и поведенческим паттернам различных категорий клиентов. Основные техники ролевой игры: обмен ролями, отражение, аквариум, параллель, переигровка, стул-собеседник.

Выбор ролевой игры, подготовка к ролевой игре, правила написания сценария ролевой игры.

Тема 7. Психотерапевтические принципы в психодраме

Аквариум

Принципы использования ролевых игр в психотерапии (Д. Киппер): конкретность описания; аутентичность/достоверность, подлинность поведения через описание «здесь и сейчас»; максимальное вовлечение и спонтанные описания; выборочное усиление фокусировка (изменение временных параметров,

внешнее воплощение внутреннего; расширение познавательных возможностей за счет защищенности и контроля, нового эмоционального(коррективного) опыта, работы со сверхреальностью, темпоритма к конкретному протагонисту и обучение навыку сдерживания; принцип последовательности взаимосвязанных разыгрываемых эпизодов.

Поддержание адекватных терапевтических отношений с пациентами, соблюдение этического кодекса, профессионализм и уверенность в методе.

Занятие проходит в интерактивной форме: аквариум.

Тема 8. Психодрама и психоанализ

Основные понятия, используемые при объяснении диадного и группового взаимодействия в психодраме и психоанализе: перенос и контрперенос, психологическая защита (проекция, сопротивление, вытеснение и др. эмпатия, сепарация, интроекция, регрессия, групповое бессознательное.

Интерпретация как основной инструмент работы психоаналитика и действенная проработка в психодраме, достоинства и недостатки методов.

Тема 9. Практическое применение психодрамы

Выявление причин заболевания.

Трансгенерационные связи, «синдром годовщины».

Геносоциограмма и ее практическое использование.

Тема 10. Катарсис и инсайт в психодраме

Работа в группах

Анализ клинических примеров. Преодоление стресса и визуализация работы организма.

Интерпсихическая психодрама в работе с подростками и интерпсихическая социометрия П. Питцеле.

Семейная психодрама –психодраматическое лечение супружеских проблем (Я.Л. Морено, З.Т.Морено), возможности психодрамы в работе с жертвами насилия. (М. Карп, Э.Банистер).

Понятие «катарсис», историческое развитие представлений о катарсисе, переживание катарсиса, роль катарсиса в психодраме. Инсайт в действии, процесс его достижения без помощи интерпретации.

Занятие проходит в интерактивной форме: работа в группах.

5.3. Содержание практических (семинарских) занятий.

Тема 1. Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты

Вопросы для обсуждения:

1. История возникновения психодрамы, социометрии и групповой психотерапии.
2. Ранние психодраматические и социометрические опыты Я.Л. Морено.
3. Этапы психодраматического движения.
4. Развитие методов социометрии, исследование в тюрьме Синг-Синг и Гудзонской школе.

Задание:

1. Выполнить реферат по теме: «Сущность психодрамы как метода групповой психотерапии»

Тема 2. Основные психодраматические понятия и техники

Вопросы для обсуждения:

Дайте характеристику основным техникам работы методом психодрама:

- применение диагностических техник, упражнений в психодраме.
- групповые упражнения;
- ролевая игра;
- монодрама;
- телесные и медитативные упражнения как вспомогательные техники работы.

Задание:

1. Составьте таблицу базовых понятий и техник психодрамы: протагонист, директор психодрамы, сцена, вспомогательные «Я», дубль, дублирование, роль, обмен ролями, добавочная реальность, стул-собеседник, зеркало, хор.

Тема 3. Фазы/этапы психодрамы

Вопросы для обсуждения:

Деловая игра

Основные этапы психодраматической сессии:

- 1) «разогрев»,
- 2) действие,
- 3) заключительная или фаза обсуждения.

Содержание, задачи каждого этапа, особенности работы ведущего психодрамы и групповые процессы.

Содержание, задачи основных этапов психодраматической сессии.

Задание:

1. Выполнить реферат по теме «Роль режиссера в психодраматической работе»
2. Составьте таблицу содержания принципов психодрамы:
 - Принцип конкретности (конкретизации) описания.
 - Принцип аутентичности (достоверности).
 - Описание «здесь и сейчас».
 - Максимальное вовлечение пациента.
 - Спонтанные описания (предъявления ситуации).
 - Принцип выборочного усиления (фокусировки).
 - Изменение временных параметров.
 - Драматизация, внешнее воплощение внутренних процессов.
 - Принцип последовательности взаимосвязанных разыгрываемых эпизодов.

Занятие проходит в интерактивной форме: деловая игра

Тема 4. Психодрама и социометрия

Работа в малых группах

Вопросы для обсуждения:

1. Связь социометрии и психодрамы в концепции Я.Л. Морено.
2. Социометрии социометрические критерии, социограмма.
3. Социодрама как метод проработки межгрупповых проблем.
4. Понятия «социальный атом», «регенерация» социального атома и «социальная смерть».

Задание:

1. Составьте социограмму группы студентов (не собственной).
2. Проанализируйте результаты.

Занятие проходит в интерактивной форме: работа в малых группах

Тема 5. Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ. Деловая игра

Вопросы для обсуждения:

1. Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы.
2. Проблемы психотерапевта и их влияние на особенности групповой работы.
3. Методы самостоятельной работы руководителя группы, супервизия.
4. Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы, необходимые для успешной психотерапевтической работы с группой (качества успешного психотерапевта).
5. Профессиональные требования к директору, его роли: аналитик, режиссер, терапевт, ведущий (П. Келлерман).
6. Контрпереносные реакции, личность ведущего, этические требования и проблема границ.

Задание:

1. Выполнить реферат по теме «Арт-терапевтическая сессия».
2. Определите перечень качеств/характеристик, которыми должен обладать идеальный, на Ваш взгляд, ведущий психодрамы. Проранжируйте выработанный перечень качеств в соответствии с их значимостью.

Оцените наличие данных качеств/характеристик у Вас.

Занятие проходит в интерактивной форме: деловая игра

Тема 6. Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ Деловая игра

Вопросы для обсуждения:

1. Ролевая игра и психодрама, сходство и отличия (задачи, области применения, временные ограничения, соотношение импровизации и заданного сценарием, активность и ответственность ведущего, его роли, содержательные отличия, касающиеся заключительной фазы).

2. Ролевые игры как метод обучения навыкам в социально-психологическом тренинге (А. Ментс). Особенности работы с разновозрастными категориями клиентов, ограничения ролевой игры.
3. Применение методов ролевой игры при решении проблем общения и обучения практическим навыкам и поведенческим паттернам различных категорий клиентов.
4. Основные техники ролевой игры: обмен ролями, отражение, аквариум, параллель, переигровка, стул-собеседник.
5. Выбор ролевой игры, подготовка к ролевой игре, правила написания сценария ролевой игры.

Задание:

1. Определите упражнение, которое считаете наиболее подходящим для фазы разогрева и проведите в группе. Охарактеризуйте роль протагониста в группе. Опишите особенности проведения ролевой игры.
2. Выполните реферат по теме «Техника «стул-собеседник»».

Занятие проходит в интерактивной форме: деловая игра.

Тема 7. Психотерапевтические принципы в психодраме

Вопросы для обсуждения:

1. Принципы использования ролевых игр в психотерапии (Д. Киппер):
 - конкретность описания; аутентичность/достоверность, подлинность поведения через описание «здесь и сейчас»;
 - максимальное вовлечение и спонтанные описания;
 - выборочное усиление фокусировка (изменение временных параметров, внешнее воплощение внутреннего);
 - расширение познавательных возможностей за счет защищенности и контроля, нового эмоционального (коррективного) опыта, работы со сверхреальностью;
 - приспособление темпа к конкретному протагонисту и обучение навыку сдерживания;
 - принцип последовательности взаимосвязанных разыгрываемых эпизодов.
2. Поддержание адекватных терапевтических отношений с пациентами, соблюдение этического кодекса, профессионализм и уверенность в методе.

Задание:

1. Общие базовые техники по Д. Кипперу включают в себя: «шаг в будущее», «возврат во времени», «тест на спонтанность», «технику сновидения», «психодраматический шок» и «ролевую игру под гипнозом» (в измененном состоянии сознания). Какие имеют дело со временем, а какие - с различными аспектами действительности? Обоснуйте ответ.

Тема 8. Психодрама и психоанализ

Презентация

Вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия, используемые при объяснении диадного и группового взаимодействия в психодраме и психоанализе: перенос и контрперенос, психологическая защита (проекция, сопротивление, вытеснение и др.) эмпатия, сепарация, интроекция, регрессия, групповое бессознательное.

2. Интерпретация как основной инструмент работы психоаналитика и действенная проработка в психодраме, достоинства и недостатки методов.

Задание:

1. Какое влияние на техники группового и диадного взаимодействия оказали религия, философия и театр?

Занятие проходит в интерактивной форме: презентация

Тема 9. Практическое применение психодрамы Ролевая игра

Вопросы для обсуждения:

1. Выявление причин заболевания.
2. Трансгенерационные связи, «синдром годовщины».
3. Геносоциограмма. Принципы составления. Статистическая основа для составления.

Задание:

1. Составьте геносоциограмму, на основании следующих сведений:

Необходимые сведения для работы с геносоциограммой

- Возраст на настоящий момент всех членов семьи.
 - Даты рождения и смерти, возраст и диагноз умерших родственников.
 - Даты заключения браков, продолжительность браков. Возраст детей на время прерывания отношений (разводов).
 - Мифы и легенды семьи, а также связанные с причиной смерти некоторых родственников.
 - Разница в возрасте между супругами.
 - Смена фамилии, имени.
 - Количество детей в семьях.
 - Аборты, выкидыши.
 - Профессии.
 - Болезни, алкоголизм, наркомания.
 - Заключение в места лишения свободы (тюрьмы, исправительные колонии).
 - Суициды, изнасилования, насильственная смерть, физические увечья.
 - Дорожно-транспортные происшествия, несчастные случаи.
 - Эмиграция, ссылка.
 - Инцесты (первого типа - запрещенные связи между кровными родственниками, Второго типа - между людьми, которые стали родственниками в результате брака).
2. Выполнить реферат на тему: «Трансгенерационные связи»

Занятие проходит в интерактивной форме: ролевая игра

Тема 10. Катарсис и инсайт в психодраме Вопросы для обсуждения:

1. Анализ клинических примеров. Преодоление стресса и визуализация работы организма.

2. Интерпсихическая психодрама в работе с подростками и интерпсихическая социометрия П. Питцеле.
3. Семейная психодрама – психодраматическое лечение супружеских проблем (Я.Л. Морено, З.Т. Морено), возможности психодрамы в работе с жертвами насилия (М. Карп, Э. Банистер).
4. Понятие «катарсис», историческое развитие представлений о катарсисе, переживание катарсиса, роль катарсиса в психодраме. Инсайт в действии, процесс его достижения без помощи интерпретации.

Задание:

1. Выполните реферат по теме «Историко-психологическое развитие представлений о катарсисе».
2. Заполните таблицу.

Стадии развития психодрамы	Деятельность режиссера	Деятельность участников
Первая		
Вторая		
Третья		

5.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины для самостоятельного изучения	Учебно-методическая документация (список рекомендуемой литературы (основная, дополнительная), ресурсы «Интернет», информационно-справочные системы)	Учебно-методические средства
1.	Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты.	<p>Основная литература Учебники: Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2013.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 1. Хеуш Н. Арт-терапия - новые горизонты [Электронный ресурс]/ Хеуш Н., Мэтьюз Н., Чебаро М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 336 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15233.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс 1.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ 2.URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии</p>	<p>Выполнение заданий, беседа, дискуссия презентация, обсуждение рефератов.</p> <p>1. Выполнить реферат на тему: «Сущность психодрамы как метода групповой психотерапии»</p>

		3.URL: http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.	
2.	Основные психодраматические понятия и техники.	<p>Основная литература</p> <p>Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 1.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 2.Барабанщиков В.А. Психология восприятия. Организация и развитие перцептивного процесса [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Барабанщиков В.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, Высшая школа психологии, 2006.— 240 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3815.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс 4.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ 5.URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование» 6.URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии 7.URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	Выполнение заданий, составление таблиц, беседа, дискуссия, деловая игра
3.	Фазы/этапы психодрамы.	<p>Основная литература</p> <p>Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература:</p>	Выполнение заданий, составление таблиц, беседа, дискуссия, работа в малых группах обсуждение рефератов, деловая игра

		<p>3.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>4.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>5.Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>6.Хеуш Н. Арт-терапия - новые горизонты [Электронный ресурс]/ Хеуш Н., Мэтьюз Н., Чебаро М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 336 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15233.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	<p>1.Выполнить реферат на тему: «Роль режиссера в психодраматической работе»</p>
4.	Психодрама и социометрия.	<p>Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 1.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим</p>	<p>Выполнение заданий, беседа, дискуссия, учебный тренинг, работа в малых группах</p>

		<p>доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>2.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс</p> <p>1.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ</p> <p>2.URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии</p> <p>3.URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
5.	<p>Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.</p>	<p>Основная литература</p> <p>Учебники:</p> <p>Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература:</p> <p>1.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>2.Барабанщиков В.А. Психология восприятия. Организация и развитие перцептивного процесса [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Барабанщиков В.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, Высшая школа психологии, 2006.— 240 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3815.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>3.Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>4.Назлюян Г.М. Портретный метод в психотерапии [Электронный ресурс]:</p>	<p>Выполнение заданий, беседа, дискуссия, обсуждение рефератов, деловая игра, учебный тренинг</p> <p>1.Выполнить реферат на тему: Арт-терапевтическая сессия.</p>

		<p>монография/ Назлоян Г.М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Пер Сэ, 2012.— 144 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/7444.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
6.	Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.	<p>Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 1.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 2.Никитин В.Н. Онтология телесности. Смыслы, парадоксы, абсурд [Электронный ресурс]: монография/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 320 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3855.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 3.Никитин В.Н. Пластикодрама. Новые направления в арт-терапии [Электронный ресурс]/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2003.— 183 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15569.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование» URL:http://window.edu.ru/library?p_rubr=2.1 Федеральный образовательный портал URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	Выполнение заданий, презентация, беседа, дискуссия, деловая игра 1.Выполнить реферат на тему: «Техника «стул-собеседник»»
7.	Психотерапевтические принципы в	<p>Основная литература Учебники:</p>	Выполнение заданий,

	психодраме.	<p>Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 1.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 2.Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 3.Хеуш Н. Арт-терапия - новые горизонты [Электронный ресурс]/ Хеуш Н., Мэтьюз Н., Чебаро М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 336 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15233.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс 1.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ 2.URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование» 3.URL:http://window.edu.ru/library?p_rubr=2.1 Федеральный образовательный портал 4.URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	беседа, дискуссия, ролевая игра, мастер класс
8.	Психодрама и психоанализ.	<p>Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 1.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.—</p>	Выполнение заданий, беседа, дискуссия, учебный тренинг, презентация

		<p>М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>2.Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>3.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>4.Назлюян Г.М. Портретный метод в психотерапии [Электронный ресурс]: монография/ Назлюян Г.М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Пер Сэ, 2012.— 144 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/7444.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL: http://psylive.ru – Психология жизни. Статьи, тренинги, семинары. URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
9.	Практическое применение психодрамы	<p>Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 1.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 2.Морено Джозеф Дж. Включи свою внутреннюю музыку. Музыкальная терапия</p>	<p>Выполнение заданий обсуждение рефератов, беседа, дискуссия ролевая игра</p> <p>1.Выполнить реферат на тему: «Трансгенерационные связи»</p>

		<p>и психодрама [Электронный ресурс]/ Морено Джозеф Дж.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2009.— 143 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15241.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>3.Элькин В.М. Театр цвета и мелодии Ваших страстей. Цветовая психология и психотерапия шедеврами искусства. Гармонизация цветовых программ жизни и Ваши тайные способности [Электронный ресурс]/ Элькин В.М.— Электрон. текстовые данные.— СПб.: Петрополис, 2005.— 292 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/20345.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование» URL:http://window.edu.ru/library?p_rubr=2.1 Федеральный образовательный портал URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
10.	Катарсис и инсайт в психодраме.	<p>Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю Никитин В.Н. Онтология телесности. Смыслы, парадоксы, абсурд [Электронный ресурс]: монография/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 320 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3855.— ЭБС «IPRbooks», по паролю Никитин В.Н. Пластикодрама. Новые направления в арт-терапии [Электронный</p>	<p>Выполнение заданий обсуждение рефератов, беседа, дискуссия, заполнение таблиц, работа в группах</p> <p>1.Выполнить реферат на тему: «Историко-психологическое развитие представлений о катарсисе».</p>

		<p>ресурс]/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2003.— 183 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15569.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL: http://azps.ru – А.Я.Психология (для психологов тесты, статьи, тренинги, словарь) URL: http://psylive.ru – Психология жизни. Статьи, тренинги, семинары. URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
--	--	---	--

5.4.1. Перечень информационных технологий, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

СПС «Консультант Плюс» (локальная сеть Института)
ЭБС «IPRbooks»[URL:http://www.iprbookshop.ru/11020](http://www.iprbookshop.ru/11020) или локальная сеть Института
Компьютерная презентация лекций (Power Point)
Рабочее место в Институте, оборудованное компьютером с выходом в сеть Интернет
Локальная сеть Волгоградского гуманитарного института (учебно-методическая документация)
Электронная почта студента ВГГИ (_____@vggi.ru)
Поисковые системы: <http://www.yandex.ru/>; [https://www.google.ru](https://www.google.ru;); <https://mail.ru/>

5.4.2. Методические указания обучающемуся для осуществления самостоятельной работы

Одним из основных методов овладения знаниями является *самостоятельная работа студентов*, объем которой определяется учебно-методическим комплексом в часах для каждой категории студентов по данному направлению. Самостоятельная работа планируется, с учетом расписания занятий и тематического плана по дисциплине «Основы психодрамы». Проводя самостоятельную работу, обучающиеся опираются на методические советы и рекомендации преподавателя.

Внедрение этой формы обучения, думается, будет способствовать повышению качества образования. Во-первых, за счет того, что каждый студент при личной встречи с преподавателем сможет решить именно те, проблемы, которые возникают у него при изучении материала и реализации изученного на практике. Тогда, как в группе решаются проблемы не доступные пониманию большинству студентов. Во-вторых, повысится уровень самостоятельности студента. Если при проведении группового занятия студент может не принимать активного участия в обсуждении и решении проблемы, или просто соглашаться с решениями, предложенными

другими, то, работая самостоятельно, он вынужден будет решать проблему самостоятельно, что в конечном итоге подготовит его к будущей практической деятельности. Студент также сможет самостоятельно планировать время, затрачиваемое им на постановку проблемы, ее решения, и составления отчета для преподавателя, что опять же будет способствовать повышению уровня образования данного студента.

Для повышения эффективности самостоятельной работы студентов рекомендуется следующий порядок ее организации. Сначала изучаются теоретические вопросы по соответствующей теме с проработкой основной и дополнительной литературы. Особое внимание следует обратить на понимание основных понятий и определений, что необходимо для правильного понимания и решения задач. Затем нужно самостоятельно разобрать и решить рассмотренные в тексте примеры, выясняя в деталях практическое значение выученного теоретического материала. После чего еще раз внимательно прочитать все вопросы теории, попутно решая соответствующие упражнения, приведенные в учебниках и сборниках задач.

Помощь в самостоятельной подготовке студенту окажут материалы учебно-методического комплекса. Они содержат перечень вопросов, которые необходимо изучить самостоятельно. К каждой теме прилагается список основной и дополнительной литературы, изучение которой будет способствовать наиболее полной подготовке к занятию. Студенту необходимо знать, что для подготовки достаточно использовать один из приведенных источников основной литературы. Для расширения познаний необходимо обращаться к дополнительной литературе. Надо обратить внимание на то, что к каждой теме приведены основные понятия и краткое содержание материала, необходимого для изучения.

Выполнение студентами самостоятельной работы контролируется в зависимости от задания в форме проверки: составления аналитического обзора проблемной ситуации, подготовки реферата, заполнения теста, разработки содержания и структуры различных видов деятельности психолога, зачета. Все эти задания, темы рефератов и тесты для контроля знаний студентов можно найти в материалах учебно-методического комплекса в разделе: Фонд оценочных средств.

Одной из форм контроля самостоятельной работы является тест. При подготовке к *тесту* обучающийся должен внимательно изучить материал, предложенный преподавателем и учебно-методическим комплексом (основные термины, вопросы для обсуждения, основную и дополнительную литературу); рассмотреть практические задачи, предложенные к данной теме; еще раз вернуться к теоретическим вопросам для закрепления материала.

Как правило, тесты включают в себя от 10 до 20 заданий. Студент должен выбрать из предложенных вариантов правильный ответ и подчеркнуть его.

Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;
- умение грамотно анализировать психологические факты;
- умение самостоятельно диагностировать проблему;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач.

Студенты, давшие в результате 80 % и более правильных ответов получают оценку «отлично». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 60 % и более процентов получают оценку «хорошо». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 50 % и более процентов получают оценку

«удовлетворительно». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на менее 50 % вопросов получают оценку «неудовлетворительно».

Форма контроля – *реферат, доклад, аналитический обзор*. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Контрольные работы. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Оценка знаний, умений и навыков (компетенций) при интерактивных формах занятий. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
 - развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
 - развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
 - выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
 - развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
 - закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.
- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;
 - умение грамотно анализировать психологические факты;
 - умение самостоятельно диагностировать психологические проблемы;

Критерии оценки и шкала оценивания знаний, умений, навыков:

5 БАЛЛОВ (отлично):

- систематизированные, полные знания по всем вопросам;
- свободное владение психологической терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;
- четкое представление о сущности, характере и взаимосвязях психологических понятий и психических явлений;
- способность анализировать психологические проблемы, психологически правильно квалифицировать факты и обстоятельства;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- умение использовать научные достижения психологических и других связанных с ними дисциплин;
- ориентирование в специальной литературе;
- знание основных проблем базовых психологических дисциплин.

4 БАЛЛА (хорошо):

- в основном полные знания по всем вопросам;
- владение психологической терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;
- четкое представление о сущности и взаимосвязях психологически значимых явлений;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- способность диагностировать психологические проблемы;

3 БАЛЛА (удовлетворительно):

- фрагментарные знания при ответе;
- владение психологической терминологией;
- не полное представление о сущности и взаимосвязях психически значимых явлений и процессов;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- способность диагностировать психологические проблемы;

2 БАЛЛА (неудовлетворительно):

- отсутствие знаний и компетенций;
- отсутствие представления о сущности, характере и взаимосвязях психологически значимых явлений;
- неумение владеть психологической терминологией.

5.5. Образовательные технологии

№ п/п	Тема занятия	Вид учебного занятия	Форма/методы активного, интерактивного обучения	Количество часов
1.	Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты.	лекция	презентация	2
2.	Основные психодраматические понятия и техники.	лекция	деловая игра	2
3.	Фазы/этапы психодрамы.	семинар	деловая игра	2

4.	Психодрама и социометрия.	семинар	работа в малых группах	2
5.	Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.	лекция	учебный тренинг	2
6.	Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.	семинар	деловая игра	2
7.	Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.	семинар	деловая игра	2
8.	Психотерапевтические принципы в психодраме.	лекция	аквариум	2
9.	Психодрама и психоанализ.	семинар	презентация	2
10.	Практическое применение психодрамы	семинар	ролевая игра	2
11.	Катарсис и инсайт в психодраме.	лекция	работа в группах	2
Итого:				22

Очно-заочная форма обучения

6. Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетных единицы, 144 часа, в т.ч. контактная работа обучающихся с преподавателем - лекционные занятия 16 часов, практические занятия 20 часов, консультативные занятия – 20 часов, форма контроля – зачет с оценкой – 4 часа.

Самостоятельная работа - 84 часа.

6.1. Учебно-тематический план

Учебно-тематический план дисциплины

п/	Наименование раздела (темы) дисциплины	Количество часов				
		Контактная работа		Консульта ции	Самостоят. работа	Всего
Лекции	Практич. занятия					
1.	Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты	2	2	2	8	14

2.	Основные психодраматические понятия и техники.	2	2	2	9	15
3.	Фазы/этапы психодрамы.	2	2	2	8	14
4.	Психодрама и социометрия.	1	2	2	9	14
5.	Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.	2	2	2	8	14
6.	Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.	2	2	2	9	15
7.	Психотерапевтические принципы в психодраме.	1	2	2	8	13
8.	Психодрама и психоанализ.	1	2	2	9	14
9.	Практическое применение психодрамы	1	2	2	8	13
10.	Катарсис и инсайт в психодраме.	2	2	2	8	14
	Вид промежуточной аттестации	Зачет с оценкой -4				
	Всего	16	20	20	84	144

6.2. Содержание лекционных занятий.

Тема 1. Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л.

Морено: история возникновения и теоретические конструкты.

Презентация

История возникновения психодрамы, социометрии и групповой психотерапии Я.Л. Морено, особенности личности, этапы жизненного пути и поиска своего метода. История возникновения психодрамы, социометрии и групповой психотерапии.

Ранние психодраматические и социометрические опыты Я.Л. Морено. Этапы психодраматического движения. Новаторские идеи Морено в Европе до 1925г. Пионерская работа Морено в США до 1950. Развитие методов социометрии, исследование в тюрьме Синг-Синг и Гудзонской школе.

Тема 2. Основные психодраматические понятия и техники.

Базовые понятия и техники психодрамы: протагонист, директор психодрамы, сцена, вспомогательные «Я», дубль, дублирование, роль, обмен ролями, добавочная реальность, стул-собеседник, зеркало, хор.

Техники психодрамы

Тема 5. Основные роли директора психодрамы,

феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.

Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы.

Проблемы психотерапевта и их влияние на особенности групповой работы.

Методы самостоятельной работы руководителя группы, супервизия.

Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы, необходимые для успешной психотерапевтической работы с группой (качества успешного психотерапевта).

Профессиональные требования к директору, его роли: аналитик, режиссер, терапевт, ведущий (П. Келлерман).

Контрпереносные реакции, личность ведущего, этические требования и проблема границ.

Тема 10. Катарсис и инсайт в психодраме

Анализ клинических примеров. Преодоление стресса и визуализация работы организма.

Интерпсихическая психодрама в работе с подростками и интерпсихическая социометрия П. Питцеле.

Семейная психодрама – психодраматическое лечение супружеских проблем (Я.Л. Морено, З.Т. Морено), возможности психодрамы в работе с жертвами насилия. (М. Карп, Э. Банистер).

Понятие «катарсис», историческое развитие представлений о катарсисе, переживание катарсиса, роль катарсиса в психодраме. Инсайт в действии, процесс его достижения без помощи интерпретации.

5.3. Содержание практических (семинарских) занятий

Тема 2. Основные психодраматические понятия и техники

Вопросы для обсуждения:

Дайте характеристику основным техникам работы методом психодрама:

- применение диагностических техник, упражнений в психодраме.
- групповые упражнения;
- ролевая игра;
- монодрама;
- телесные и медитативные упражнения как вспомогательные техники работы.

Задание:

1. Составьте таблицу базовых понятий и техник психодрамы: протагонист, директор психодрамы, сцена, вспомогательные «Я», дубль, дублирование, роль, обмен ролями, добавочная реальность, стул-собеседник, зеркало, хор.

Тема 3. Фазы/этапы психодрамы

Вопросы для обсуждения:

Деловая игра

Основные этапы психодраматической сессии:

- 1) «разогрев»,
- 2) действие,

- 3) заключительная или фаза обсуждения.
Содержание, задачи каждого этапа, особенности работы ведущего психодрамы и групповые процессы.
Содержание, задачи основных этапов психодраматической сессии.

Задание:

1. Выполнить реферат по теме «Роль режиссера в психодраматической работе»
2. Составьте таблицу содержания принципов психодрамы:
 - Принцип конкретности (конкретизации) описания.
 - Принцип аутентичности (достоверности).
 - Описание «здесь и сейчас».
 - Максимальное вовлечение пациента.
 - Спонтанные описания (предъявления ситуации).
 - Принцип выборочного усиления (фокусировки).
 - Изменение временных параметров.
 - Драматизация, внешнее воплощение внутренних процессов.
 - Принцип последовательности взаимосвязанных разыгрываемых эпизодов.

Занятия проходит в интерактивной форме: деловая игра

Тема 4. Психодрама и социометрия

Вопросы для обсуждения:

5. Связь социометрии и психодрамы в концепции Я.Л. Морено.
6. Социометрия и социометрические критерии, социограмма.
7. Социодрама как метод проработки межгрупповых проблем.
8. Понятия «социальный атом», «регенерация» социального атома и «социальная смерть».

Задание:

1. Составьте социограмму группы студентов (не собственной).
2. Проанализируйте результаты.

Тема 5. Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ

Вопросы для обсуждения:

7. Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы.
8. Проблемы психотерапевта и их влияние на особенности групповой работы.
9. Методы самостоятельной работы руководителя группы, супервизия.
10. Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы, необходимые для успешной психотерапевтической работы с группой (качества успешного психотерапевта).
11. Профессиональные требования к директору, его роли: аналитик, режиссер, терапевт, ведущий (П. Келлерман).
12. Контрпереносные реакции, личность ведущего, этические требования и проблема границ.

Задание:

1. Выполнить реферат по теме «Арт-терапевтическая сессия».
2. Определите перечень качеств/характеристик, которыми должен обладать идеальный, на Ваш взгляд, ведущий психодрамы.
Проранжируйте выработанный перечень качеств в соответствии с их значимостью.
Оцените наличие данных качеств/характеристик у Вас.

Тема 6. Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ

Вопросы для обсуждения:

1. Ролевая игра и психодрама, сходство и отличия (задачи, области применения, временные ограничения, соотношение импровизации и заданного сценарием, активность и ответственность ведущего, его роли, содержательные отличия, касающиеся заключительной фазы).
2. Ролевые игры как метод обучения навыкам в социально-психологическом тренинге (А. Менкс).
3. Применение методов ролевой игры при решении проблем общения и обучения практическим навыкам и поведенческим паттернам различных категорий клиентов.
4. Основные техники ролевой игры: обмен ролями, отражение, аквариум, параллель, переигровка, стул-собеседник.
5. Выбор ролевой игры, подготовка к ролевой игре, правиланаписания сценария ролевой игры.

Задание:

1. Определите упражнение, которое считаете наиболее подходящим для фазы разогрева и проведите в группе. Охарактеризуйте роль протагониста в группе. Опишите особенности проведения ролевой игры.
2. Выполните реферат по теме «Техника «стул-собеседник»».

Тема 7. Психотерапевтические принципы в психодраме

Вопросы для обсуждения:

3. Принципы использования ролевых игр в психотерапии (Д. Киппер):
 - конкретность описания; аутентичность/достоверность, подлинность поведения через описание «здесь и сейчас»;
 - максимальное вовлечение и спонтанные описания;
 - выборочное усиление фокусировка (изменение временных параметров, внешнее воплощение внутреннего);
 - расширение познавательных возможностей за счет защищенности и контроля, нового эмоционального(коррективного) опыта, работы со сверхреальностью,
 - приспособление темпоритма к конкретному протагонисту и обучение навыку сдерживания;
 - принцип последовательности взаимосвязанных разыгрываемых эпизодов.
4. Поддержание адекватных терапевтических отношений с пациентами, соблюдение этического кодекса, профессионализм и уверенность в методе.

Задание:

1. Общие базовые техники по Д. Кипперу включают в себя: «шаг в будущее», «возврат во времени», «тест на спонтанность», «технику сновидения», «психодраматический шок» и «ролевою игру под гипнозом» (в измененном состоянии сознания). Какие имеют дело со временем, а какие - с различными аспектами действительности? Обоснуйте ответ.

Тема 8. Психодрама и психоанализ

Вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия, используемые при объяснении диадного и группового взаимодействия в психодраме и психоанализе: перенос и контрперенос, психологическая защита (проекция, сопротивление, вытеснение и др.) эмпатия, сепарация, интроекция, регрессия, групповое бессознательное.
2. Интерпретация как основной инструмент работы психоаналитика и действенная проработка в психодраме, достоинства и недостатки методов.

Задание:

1. Какое влияние на техники группового и диадного взаимодействия оказали религия, философия и театр?

Тема 9. Практическое применение психодрамы Ролевая игра

Вопросы для обсуждения:

1. Выявление причин заболевания.
2. Трансгенерационные связи «синдром годовщины».
3. Геносоциограмма. Принципы составления. Статистическая основа для составления.

Задание:

1. Составьте геносоциограмму, на основании следующих сведений:

Необходимые сведения для работы с геносоциограммой

- Возраст на настоящий момент всех членов семьи.
- Даты рождения и смерти, возраст и диагноз умерших родственников.
- Даты заключения браков, продолжительность браков. Возраст детей на время прерывания отношений (разводов).
- Мифы и легенды семьи, а также связанные с причиной смерти некоторых родственников.
- Разница в возрасте между супругами.
- Смена фамилии, имени.
- Количество детей в семьях.
- Аборты, выкидыши.
- Профессии.
- Болезни, алкоголизм, наркомания.
- Заключение в места лишения свободы (тюрьмы, исправительные колонии).
- Суициды, изнасилования, насильственная смерть, физические увечья.
- Дорожно-транспортные происшествия, несчастные случаи.
- Эмиграция, ссылка.

-Инцесты (первого типа - запрещенные связи между кровными родственниками, Второго типа - между людьми, которые стали родственниками в результате брака).

2. Выполнить реферат на тему: «Трансгенерационные связи»

Занятия проходит в интерактивной форме: ролевая игра

Тема 10. Катарсис и инсайт в психодраме

Вопросы для обсуждения:

1. Анализ клинических примеров. Преодоление стресса и визуализация работы организма.
2. Интерпсихическая психодрама в работе с подростками и интерпсихическая социометрия П. Питцеле.
3. Семейная психодрама –психодраматическое лечение супружеских проблем (Я.Л. Морено, З.Т.Морено), возможности психодрамы в работе с жертвами насилия. (М. Карп, Э.Банистер).
4. Понятие «катарсис», историческое развитие представлений о катарсисе, переживание катарсиса, роль катарсиса в психодраме. Инсайт в действии, процесс его достижения без помощи интерпретации.

Задание:

1. Выполните реферат по теме «Историко-психологическое развитие представлений о катарсисе».

Заполните таблицу.

Стадии развития психодрамы	Деятельность режиссера	Деятельность участников
Первая		
Вторая		
Третья		

6.4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы

№ п/п	Наименование раздела (темы) дисциплины для самостоятельного изучения	Учебно-методическая документация (список рекомендуемой литературы (основная, дополнительная), ресурсы «Интернет», информационно-справочные системы)	Учебно-методические средства
1.	Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты.	Основная литература Учебники: Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2013.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845 .— ЭБС «IPRbooks», по паролю	Выполнение заданий, беседа, дискуссия презентация, обсуждение рефератов. 1.Выполнить реферат на

		<p>Дополнительная литература:</p> <p>2.Хеуш Н. Арт-терапия - новые горизонты [Электронный ресурс]/ Хеуш Н., Мэтьюз Н., Чебаро М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 336 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15233.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс</p> <p>8.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ</p> <p>9.URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии</p> <p>10.URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttechniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	<p>тему: «Сущность психодрамы как метода групповой психотерапии»</p>
2.	<p>Основные психодраматические понятия и техники.</p>	<p>Основная литература</p> <p>Учебники:</p> <p>Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература:</p> <p>7.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>8.Барабанщиков В.А. Психология восприятия. Организация и развитие перцептивного процесса [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Барабанщиков В.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, Высшая школа психологии, 2006.— 240 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3815.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс</p> <p>11.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ</p> <p>12.URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование»</p> <p>13.URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии</p>	<p>Выполнение заданий, составление таблиц, беседа, дискуссия, деловая игра</p>

		14.URL: http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.	
3.	Фазы/этапы психодрамы.	<p>Основная литература</p> <p>Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 9.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 10.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 11.Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 12.Хеуш Н. Арт-терапия - новые горизонты [Электронный ресурс]/ Хеуш Н., Мэтьюз Н., Чебаро М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 336 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15233.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	<p>Выполнение заданий, составление таблиц, беседа, дискуссия, работа в малых группах обсуждение рефератов, деловая игра</p> <p>1.Выполнить реферат на тему: «Роль режиссера в психодраматической работе»</p>

4.	Психодрама социометрия.	и Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370 .— ЭБС «IPRbooks», по паролю Дополнительная литература: 3.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845 .— ЭБС «IPRbooks», по паролю 4.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845 .— ЭБС «IPRbooks», по паролю Интернет-ресурс 4.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ 5.URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии 6.URL: http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.	Выполнение заданий, беседа, дискуссия, учебный тренинг, работа в малых группах
5.	Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.	Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370 .— ЭБС «IPRbooks», по паролю Дополнительная литература: 5.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845 .— ЭБС «IPRbooks», по паролю	Выполнение заданий, беседа, дискуссия, обсуждение рефератов, деловая игра учебный тренинг 1.Выполнить реферат на тему: Арт-терапевтическая сессия.

		<p>6. Барabanщиков В.А. Психология восприятия. Организация и развитие перцептивного процесса [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Барabanщиков В.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, Высшая школа психологии, 2006.— 240 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3815.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>7. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>8. Назлоян Г.М. Портретный метод в психотерапии [Электронный ресурс]: монография/ Назлоян Г.М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Пер Сэ, 2012.— 144 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/7444.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ URL: http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
6.	Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.	<p>Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 4. Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 5. Никитин В.Н. Онтология телесности. Смыслы, парадоксы, абсурд [Электронный ресурс]: монография/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-</p>	Выполнение заданий, презентация, беседа, дискуссия, деловая игра 1. Выполнить реферат на тему: «Техника «стул-собеседник»»

		<p>Центр, 2006.— 320 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3855.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>6.Никитин В.Н. Пластикодрама. Новые направления в арт-терапии [Электронный ресурс]/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2003.— 183 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15569.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование» URL:http://window.edu.ru/library?p_rubr=2.1 Федеральный образовательный портал URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
7.	Психотерапевтические принципы в психодраме.	<p>Основная литература Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 4.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 5.Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 6.Хеуш Н. Арт-терапия - новые горизонты [Электронный ресурс]/ Хеуш Н., Мэтьюз Н., Чебаро М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 336 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15233.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс</p>	Выполнение заданий, беседа, дискуссия, ролевая игра, мастер класс

		<p>5.URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ</p> <p>6.URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование»</p> <p>7.URL:http://window.edu.ru/library?p_rubr=2.1 Федеральный образовательный портал</p> <p>8.URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttechniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
8.	Психодрама и психоанализ.	<p>Основная литература</p> <p>Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 5.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 6.Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3839.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 7.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 8.Назлюян Г.М. Портретный метод в психотерапии [Электронный ресурс]: монография/ Назлюян Г.М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Пер Сэ, 2012.— 144 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/7444.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL: http://psylive.ru – Психология жизни. Статьи, тренинги, семинары.</p>	Выполнение заданий, беседа, дискуссия, учебный тренинг, презентация

		<p>URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии</p> <p>URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	
9.	Практическое применение психодрамы	<p>Основная литература</p> <p>Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: 4.Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 5.Морено Джозеф Дж. Включи свою внутреннюю музыку. Музыкальная терапия и психодрама [Электронный ресурс]/ Морено Джозеф Дж.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2009.— 143 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15241.— ЭБС «IPRbooks», по паролю 6.Элькин В.М. Театр цвета и мелодии Ваших страстей. Цветовая психология и психотерапия шедеврами искусства. Гармонизация цветовых программ жизни и Ваши тайные способности [Электронный ресурс]/ Элькин В.М.— Электрон. текстовые данные.— СПб.: Петрополис, 2005.— 292 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/20345.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВгГИ URL:http://www.edu.ru/ Федеральный портал «Российское образование» URL:http://window.edu.ru/library?p_rubr=2.1 Федеральный образовательный портал URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	<p>Выполнение заданий обсуждение рефератов, беседа, дискуссия ролевая игра</p> <p>1.Выполнить реферат на тему: «Трансгенерационные связи»</p>

10.	Катарсис и инсайт в психодраме.	<p>Основная литература</p> <p>Учебники: Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/19370.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Дополнительная литература: Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3845.— ЭБС «IPRbooks», по паролю Никитин В.Н. Онтология телесности. Смыслы, парадоксы, абсурд [Электронный ресурс]: монография/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 320 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/3855.— ЭБС «IPRbooks», по паролю Никитин В.Н. Пластикодрма. Новые направления в арт-терапии [Электронный ресурс]/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2003.— 183 с.— Режим доступа: http://www.iprbookshop.ru/15569.— ЭБС «IPRbooks», по паролю</p> <p>Интернет-ресурс URL: http://www.vggi.ru/ сайт ВГГИ URL: http://azps.ru – А.Я.Психология (для психологов тесты, статьи, тренинги, словарь) URL: http://psylive.ru – Психология жизни. Статьи, тренинги, семинары. URL: http://flogiston.ru - новости, публикации, статьи по психологии URL:http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm - Арттерапевтические статьи и техники.</p>	<p>Выполнение заданий обсуждение рефератов, беседа, дискуссия, заполнение таблиц, работа в группах</p> <p>1.Выполнить реферат на тему: «Историко-психологическое развитие представлений о катарсисе».</p>
-----	---------------------------------	---	---

6.4.1. Перечень информационных технологий, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости):

СПС «Консультант Плюс» (локальная сеть Института)
ЭБС «IPRbooks» URL: <http://www.iprbookshop.ru/11020> или локальная сеть
Института
Компьютерная презентация лекций (Power Point)
Рабочее место в Институте, оборудованное компьютером с выходом в сеть
Интернет
Локальная сеть Волгоградского гуманитарного института (учебно-методическая документация)
Электронная почта студента ВгГИ (_____@vggi.ru)
Поисковые системы: <http://www.yandex.ru/>; <https://www.google.ru/>;
<https://mail.ru/>

6.4.2. Методические указания обучающемуся для осуществления самостоятельной работы

Одним из основных методов овладения знаниями является *самостоятельная работа студентов*, объем которой определяется учебно-методическим комплексом в часах для каждой категории студентов по данному направлению. Самостоятельная работа планируется, с учетом расписания занятий и тематического плана по дисциплине «Основы психодрамы». Проводя самостоятельную работу, обучающиеся опираются на методические советы и рекомендации преподавателя.

Внедрение этой формы обучения, думается, будет способствовать повышению качества образования. Во-первых, за счет того, что каждый студент при личной встрече с преподавателем сможет решить именно те, проблемы, которые возникают у него при изучении материала и реализации изученного на практике. Тогда, как в группе решаются проблемы не доступные пониманию большинству студентов. Во-вторых, повысится уровень самостоятельности студента. Если при проведении группового занятия студент может не принимать активного участия в обсуждении и решении проблемы, или просто соглашаться с решениями, предложенными другими, то, работая самостоятельно, он вынужден будет решать проблему самостоятельно, что в конечном итоге подготовит его к будущей практической деятельности. Студент также сможет самостоятельно планировать время, затрачиваемое им на постановку проблемы, ее решения, и составления отчета для преподавателя, что опять же будет способствовать повышению уровня образования данного студента.

Для повышения эффективности самостоятельной работы студентов рекомендуется следующий порядок ее организации. Сначала изучаются теоретические вопросы по соответствующей теме с проработкой основной и дополнительной литературы. Особое внимание следует обратить на понимание основных понятий и определений, что необходимо для правильного понимания и решения задач. Затем нужно самостоятельно разобрать и решить рассмотренные в тексте примеры, выясняя в деталях практическое значение выученного теоретического материала. После чего еще раз внимательно прочитать все вопросы теории, попутно решая соответствующие упражнения, приведенные в учебниках и сборниках задач.

Помощь в самостоятельной подготовке студенту окажут материалы учебно-методического комплекса. Они содержат перечень вопросов, которые необходимо изучить самостоятельно. К каждой теме прилагается список основной и дополнительной литературы, изучение которой будет способствовать наиболее полной подготовке к занятию. Студенту необходимо знать, что для подготовки

достаточно использовать один из приведенных источников основной литературы. Для расширения познаний необходимо обращаться к дополнительной литературе. Надо обратить внимание на то, что к каждой теме приведены основные понятия и краткое содержание материала, необходимого для изучения.

Выполнение студентами самостоятельной работы контролируется в зависимости от задания в форме проверки: составления аналитического обзора проблемной ситуации, подготовки реферата, заполнения теста, разработки содержания и структуры различных видов деятельности психолога, зачета. Все эти задания, темы рефератов и тесты для контроля знаний студентов можно найти в материалах учебно-методического комплекса в разделе: Фонд оценочных средств.

Одной из форм контроля самостоятельной работы является тест. При подготовке *к тесту* обучающийся должен внимательно изучить материал, предложенный преподавателем и учебно-методическим комплексом (основные термины, вопросы для обсуждения, основную и дополнительную литературу); рассмотреть практические задачи, предложенные к данной теме; еще раз вернуться к теоретическим вопросам для закрепления материала.

Как правило, тесты включают в себя от 10 до 20 заданий. Студент должен выбрать из предложенных вариантов правильный ответ и подчеркнуть его.

Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;
- умение грамотно анализировать психологические факты;
- умение самостоятельно диагностировать проблему;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач.

Студенты, давшие в результате 80 % и более правильных ответов получают оценку «отлично». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 60 % и более процентов получают оценку «хорошо». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 50 % и более процентов получают оценку «удовлетворительно». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на менее 50 % вопросов получают оценку «неудовлетворительно».

Форма контроля – *реферат, доклад, аналитический обзор*. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Контрольные работы. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Оценка знаний, умений и навыков (компетенций) при интерактивных формах занятий. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

– умение оперировать психологическими понятиями и категориями;

– умение грамотно анализировать психологические факты;

– умение самостоятельно диагностировать психологические проблемы;

Критерии оценки и шкала оценивания знаний, умений, навыков:

5 БАЛЛОВ (отлично):

- систематизированные, полные знания по всем вопросам;
- свободное владение психологической терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;
- четкое представление о сущности, характере и взаимосвязях психологических понятий и психических явлений;
- способность анализировать психологические проблемы, психологически правильно квалифицировать факты и обстоятельства;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- умение использовать научные достижения психологических и других связанных с ними дисциплин;
- ориентирование в специальной литературе;
- знание основных проблем базовых психологических дисциплин.

4 БАЛЛА (хорошо):

- в основном полные знания по всем вопросам;
- владение психологической терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;
- четкое представление о сущности и взаимосвязях психологически значимых явлений;

- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- способность диагностировать психологические проблемы;

3 БАЛЛА (удовлетворительно):

- фрагментарные знания при ответе;
- владение психологической терминологией;
- не полное представление о сущности и взаимосвязях психически значимых явлений и процессов;

- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- способность диагностировать психологические проблемы;

2 БАЛЛА (неудовлетворительно):

- отсутствие знаний и компетенций;
- отсутствие представления о сущности, характере и взаимосвязях психологически значимых явлений;
- неумение владеть психологической терминологией.

6.5. Образовательные технологии.

№ п/п	Тема занятия	Вид учебного занятия	Форма/методы активного, интерактивного обучения	Количество часов
1.	Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты.	лекция	презентация	2
2.	Фазы/этапы психодрамы.	семинар	деловая игра	2
3.	Практическое применение психодрамы	семинар	ролевая игра	2
Итого:				6

7. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература

Учебники:

1. Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19370>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

Дополнительная литература:

1. Барабанщиков В.А. Психология восприятия. Организация и развитие перцептивного процесса [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Барабанщиков В.А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр,

- Высшая школа психологии, 2006.— 240 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3815>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
2. Григорьев Н.Б. Психологическое консультирование, психокоррекция и профилактика зависимости [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Григорьев Н.Б.— Электрон. текстовые данные.— СПб.: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2012.— 304 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22989>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
3. Козлов В.В. Психология игровой зависимости [Электронный ресурс]/ Козлов В.В., Карпов А.А.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2014.— 218 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18330>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
4. Копытин А.И. Арт-терапия детей и подростков [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И., Свистовская Е.Е.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 197 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3839>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
5. Лейтц Г. Психодрама. Теория и практика. Классическая психодрама Я.Л. Морено [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Лейтц Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2007.— 380 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3845>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
6. Морено Джозеф Дж. Включи свою внутреннюю музыку. Музыкальная терапия и психодрама [Электронный ресурс]/ Морено Джозеф Дж.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2009.— 143 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15241>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
7. Назлоян Г.М. Портретный метод в психотерапии [Электронный ресурс]: монография/ Назлоян Г.М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Пер Сэ, 2012.— 144 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/7444>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
8. Никитин В.Н. Онтология телесности. Смыслы, парадоксы, абсурд [Электронный ресурс]: монография/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 320 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/3855>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
9. Никитин В.Н. Пластикодрама. Новые направления в арт-терапии [Электронный ресурс]/ Никитин В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2003.— 183 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15569>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
10. Старшенбаум Г.В. Аддиктология. Психология и психотерапия зависимостей [Электронный ресурс]/ Старшенбаум Г.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 367 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15231>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
11. Хеуш Н. Арт-терапия - новые горизонты [Электронный ресурс]/ Хеуш Н., Мэтьюз Н., Чебаро М.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2006.— 336 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15233>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
12. Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19370>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю
13. Холл В. Психодрама в детской групповой терапии [Электронный ресурс]/ Холл В., Айхингер А.— Электрон. текстовые данные.— М.: Генезис, 2014.— 252 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/19370>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

14. Элькин В.М. Театр цвета и мелодии Ваших страстей. Цветовая психология и психотерапия шедеврами искусства. Гармонизация цветовых программ жизни и Ваши тайные способности [Электронный ресурс]/ Элькин В.М.— Электрон. текстовые данные.— СПб.: Петрополис, 2005.— 292 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/20345>.— ЭБС «IPRbooks», по паролю

8. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет»

1. URL: <http://www.vggi.ru/> сайт ВгГИ
2. URL: <http://www.edu.ru/> Федеральный портал «Российское образование»
3. URL: http://window.edu.ru/library?p_rubr=2.1 Федеральный образовательный портал
4. URL: <http://www.openet.edu.ru/> Федеральный образовательный портал «Российский портал открытого образования»
5. URL: <http://biblioterapia.psi911.com/st.htm> - библиотерапевтический сайт;
6. URL: <http://azps.ru> – А.Я.Психология (для психологов тесты, статьи, тренинги, словарь)
7. URL: <http://psylive.ru> – Психология жизни. Статьи, тренинги, семинары.
8. URL: <http://flogiston.ru> - новости, публикации, статьи по психологии
9. URL: <http://works.fio.ru/Apatity/r1/arttexniki.htm> - Арттерапевтические статьи и техники.

9. Перечень информационных технологий, включая перечень программного обеспечения и информационно-справочные системы

СПС «Консультант Плюс» (локальная сеть Института)
 ЭБС «IPRbooks» URL: <http://www.iprbookshop.ru/11020> или локальная сеть Института
 Компьютерная презентация лекций (Power Point)
 Рабочее место, оборудованное компьютером с выходом в сеть Интернет
 Локальная сеть Волгоградского гуманитарного института (учебно-методическая документация)
 Электронная почта студента ВгГИ (_____@vggi.ru)
 Поисковые системы: <http://www.yandex.ru/>; <https://www.google.ru/>;
<https://mail.ru/>

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

№ п/п	Наименование	Наименование помещения или оборудования
1.	Специализированные аудитории:	Кабинет психологии, компьютерный класс
2.	Специализированная мебель и оргсредства	Мягкая мебель для снятия эмоциональной нагрузки
3.	Специальное оборудование:	Проектор, DVD
4.	Технические средства обучения:	Интерактивная доска, ноутбуки, компьютеры
5.	Иное	Наглядные пособия, коллекция музыки

11. Методические указания для обучающихся

Изучение дисциплины «Основы психодрамы» обусловлено большой как теоретической, так и практической значимостью. В результате изучения дисциплины обучающийся должен обладать теоретическими знаниями об основных понятиях и теориях психодрамы; основных методах психодрамы; психодраматических направлениях; принципах и техниках терапевтической работы в психодраме; сформировать умения органично вплетать психодраматические приемы в общую канву психокоррекционной и психотерапевтической работы.

Изучение дисциплины заключается в посещении лекционных и практических занятий и выполнении самостоятельной работы студентом.

Студенты ведут конспекты, дорабатывают их, изучая основную и дополнительную литературу. Помимо изучения теоретического и материала студент должен уметь грамотно применить его на практике.

На практических занятиях студенты участвуют в обсуждении всех запланированных вопросов, решают практические задачи и тесты. Студенты также выполняют различные задания, направленные на глубокое овладение знаниями учебной дисциплины.

Целью проведения практических занятий является закрепление теоретического и практического материала, полученного студентом на лекционных занятиях.

На практических занятиях активно используются интерактивные формы организации деятельности учащихся.

В деловой игре большая эффективность усвоения учебного материала по сравнению с традиционными формами обучения (например, лекцией) достигается не только за счет более полного воссоздания реальных условий профессиональной деятельности, но и за счет более полного личностного включения обучающихся в игровую ситуацию, интенсификации межличностного общения, наличия ярких эмоциональных переживаний успеха или неудачи. В отличие от дискуссионных и тренинговых методов здесь возникает возможность направленного вооружения обучаемого эффективными средствами для решения задач, задаваемых в игровой форме, и воспроизводящих контекст значимых элементов профессиональной деятельности.

Ролевая игра – это разыгрывание участниками группы ситуации с заранее распределенными ролями в интересах овладения определенной поведенческой или эмоциональной стороной жизненных ситуаций. Ролевая игра проводится в небольших группах (3-5 участников). Участники получают задание на карточках (на доске, листах бумаги и т.д.), распределяют роли, обыгрывают ситуацию и представляют (показывают) всей группе. Преимущество этого метода в том, что каждый из участников может представить себя в предложенной ситуации, ощутить те или иные состояния более реально, почувствовать последствия тех или иных действий и принять решение.

Данная форма работы применяется для моделирования поведения и эмоциональных реакций людей в тех или иных ситуациях путем конструирования игровой ситуации, в которой такое поведение предопределено заданными условиями.

На практических занятиях активно используется такая форма, как разработка проектов определённых психолого-педагогических документов.

Дискуссия – это публичное выступление или свободный вербальный обмен знаниями, суждениями, идеями или мнениями по поводу какого-либо спорного вопроса, проблемы. Ее существенными чертами являются сочетание взаимодополняющего диалога и обсуждения-спора, столкновение различных точек зрения, позиций. Дискуссию рассматривают как метод интерактивного обучения и как особую технологию. В качестве метода дискуссия используется в других

формах обучения: семинарских занятиях, тренингах, деловых играх, кейс-технологиях. Дискуссия может включать в себя «мозговой штурм», анализ ситуаций и т.д.

По сравнению с лекционно-семинарской формой обучения дискуссия имеет ряд преимуществ:

1. Дискуссия обеспечивает активное, глубокое, личностное усвоение знаний. Хотя лекция является более экономичным способом передачи знаний, дискуссия может иметь гораздо более долгосрочный эффект, особенно в случаях, когда обсуждаемый материал идет вразрез с установками некоторых членов группы либо включает неприятные или спорные вопросы. Активное, заинтересованное, эмоциональное обсуждение ведет к осмысленному усвоению новых знаний. Может заставить обучающегося задуматься, изменить или пересмотреть свои установки.

2. Во время дискуссии осуществляется активное взаимодействие обучающихся. Активное участие в дискуссии раскрепощает обучающихся, развивает коммуникативные навыки, формирует уверенность в себе. Как правило, дискуссия подразумевает высокий уровень вовлеченности группы. Но почти всегда имеются участники, которые проявляют пассивность, не желая присоединиться к обсуждению. Однако если группа, тема и вопросы тщательно подобраны, то отдельным участникам становится очень трудно уклониться и не внести свой вклад в дискуссию.

3. Обратная связь с обучающимися. Дискуссия обеспечивает видение того, насколько хорошо группа понимает обсуждаемые вопросы.

Для повышения эффективности подготовки студентов *к практическому занятию* рекомендуется следующий порядок ее организации. Сначала изучаются теоретические вопросы по соответствующей теме с проработкой, как конспектов лекций, так и учебников. Особое внимание следует обратить на понимание основных понятий и определений, что необходимо для правильного понимания и решения задач.

Помощь в этом вопросе студенту окажут материалы *учебно-методического комплекса*.

Во-первых, они содержат перечень вопросов, которые рассматривались на лекционном занятии. Если обучающийся по каким-либо причинам не посетил его, к каждой теме дана литература, которая поможет восполнить пробелы.

Во-вторых, материалы учебно-методического комплекса содержат перечень вопросов, которые будут рассматриваться на практическом занятии. К каждой теме прилагается список основной и дополнительной литературы, изучение которой будет способствовать наиболее полной подготовке к занятию. Обучающемуся необходимо знать, что для подготовки достаточно использовать один из приведенных источников основной литературы. Для расширения познаний необходимо обращаться к дополнительной литературе. Использование дополнительной литературы становится обязательным, если на это прямо указал преподаватель.

В-третьих, материалы учебно-методического комплекса содержат методические указания для обучающегося. В первую очередь надо обратить внимание на то, что к каждой теме приведены основные понятия и краткое содержание материала, необходимого для изучения.

В-четвертых, материалы учебно-методического комплекса содержат задачи и ситуации для обсуждения. В целях более глубокого изучения дисциплины, формирования навыков и умений письменного изложения проблемы, студентам предлагается решать задачи письменно.

С целью проверки глубины усвоения пройденного материала, а также в рамках подготовки к промежуточной аттестации, обучающиеся выполняют тесты.

При подготовке к *тесту* обучающийся должен внимательно изучить материал, предложенный преподавателем и изложенный в учебно-методическом комплексе (основные термины, вопросы для обсуждения, основную и дополнительную литературу); рассмотреть практические задачи, предложенные к данной теме; еще раз вернуться к теоретическим вопросам для закрепления материала.

Как правило, тесты включают в себя от 10 до 20 заданий. На ознакомление с вопросами и формулирование ответа студенту отводится 20 минут. Студент должен выбрать из предложенных вариантов правильный ответ и подчеркнуть его.

Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;
- умение психологически грамотно анализировать психологические факты и возникающие в связи с ними отношения клиент-психолог;
- умение адекватно применять знания, умения и навыки в различных профессиональных ситуациях;
- развитие навыков самостоятельной работы с нормативными актами в области психологии, материалами психологической практики, учебной и научной литературой при решении поставленных задач.

Студенты, давшие в результате 80 % и более правильных ответов получают оценку «отлично». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 60 % и более процентов получают оценку «хорошо». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 50 % и более процентов получают оценку «удовлетворительно». Студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на менее, чем 50 % вопросов получают оценку «неудовлетворительно».

Форма контроля – *реферат, доклад*. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с типичными документами в области психологии, материалами психологической практики, учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Контрольные работы. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой

литературы;

- развитие навыков самостоятельной работы с нормативно-диагностическими документами в области психологии, материалами психологической практики, учебной и научной литературой при решении поставленных задач;

- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;

- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы контрольной работы и их анализа;

- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;

- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Оценка знаний, умений и навыков (компетенций) при интерактивных формах занятий. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;

- развитие навыков самостоятельной работы с нормативно-диагностическими документами в области психологии, материалами психологической практики, учебной и научной литературой при решении поставленных задач;

- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;

- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть вопроса;

- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;

- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;

- умение психологически грамотно интерпретировать психологические факты.

Критерии оценки и шкала оценивания знаний, умений, навыков:

5 БАЛЛОВ (отлично):

- систематизированные, полные знания по всем вопросам;

- свободное владение психологической терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;

- четкое представление о сущности, характере и взаимосвязях психологических понятий и психологически значимых явлений;

- способность верно интерпретировать факты и обстоятельства с точки зрения проявления психологических явлений;

- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;

- умение использовать научные достижения психологии и других связанных с нею дисциплин;

- ориентирование в специальной литературе;

- знание основных проблем базовых психологических дисциплин.

4 БАЛЛА (хорошо):

- в основном полные знания по всем вопросам;

- владение психологической терминологией, стилистически грамотное,

логически правильное изложение ответов на вопросы;

- четкое представление о сущности и взаимосвязях психологически значимых явлений;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- способность верно интерпретировать психологические явления и факты.

3 БАЛЛА (удовлетворительно):

- фрагментарные знания при ответе;
- владение психологической терминологией;
- неполное представление о сущности и взаимосвязях психологически значимых явлений и процессов;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- способность верно интерпретировать психологические явления и факты.

2 БАЛЛА (неудовлетворительно):

- отсутствие знаний и компетенций;
- отсутствие представления о сущности, характере и взаимосвязях психологически значимых явлений;
- неумение оперировать психологической терминологией.

Завершающей формой контроля изучения курса «Практикум по личностно-ориентированному консультированию» является зачет. Вопросы к зачету содержатся в учебно-методическом комплексе дисциплины. При подготовке к зачету студент должен руководствоваться следующими положениями:

- определить к какой из изученных тем относится вопрос;
- при помощи учебно-методического комплекса определить объем содержания данного вопроса;
- изучить основные положения данного вопроса, используя конспекты лекций, основную и дополнительную литературу, указанную в материалах учебно-методического комплекса.

Завершающей формой контроля изучения курса «Основы психодрамы» является *дифференцированный зачет*. Вопросы к зачету содержатся в учебно-методическом комплексе дисциплины. При подготовке к зачету студент должен руководствоваться следующими положениями:

- определить к какой из изученных тем относится вопрос;
- при помощи учебно-методического комплекса определить объем содержания данного вопроса;
- изучить основные положения данного вопроса, используя конспекты лекций, основную и дополнительную литературу, указанную в материалах учебно-методического комплекса.

Зачет. Экзаменатор оценивает знания по четырехбалльной системе.

При оценивании знаний, умений и навыков студентов учитывается:

- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;
- умение юридически грамотно анализировать психологические факты;
- умение самостоятельно диагностировать психологические проблемы;
- умение давать квалифицированные психологические заключения и консультации;
- умение правильно организовывать различные виды психологической деятельности.

В результате использования форм обучения, рассмотренных выше, студенты должны получить комплексные знания основ психодрамы, практики применения методов и приемов корректирования деятельности клиентов, уметь применять изученные техники в процессе практической деятельности, грамотно

организовывать различные виды психологической помощи. Студенты должны комплексно подходить к решению поставленных проблем и быть самостоятельными в принятии решений.

**Автономная некоммерческая организация
высшего образования
«ВОЛГОГРАДСКИЙ ГУМАНИТАРНЫЙ ИНСТИТУТ»**

Рассмотрено и утверждено

**Оценочные материалы
«ОСНОВЫ ПСИХОДРАМЫ»**

1.1. Описание индикаторов достижения компетенций (показателей оценивания) и критериев оценивания компетенций, а также шкал оценивания.

Наименование и код компетенции (Результаты освоения программы бакалавриата)	Этапы формирования компетенции (разделы, темы дисциплины, изучение которых формирует компетенцию)*	Индикатор достижения компетенций Составляющие результатов освоения Показатели оценивания (знания, умения, навыки)
<p>УК – 1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.</p>	<p>Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты. Основные психодраматические понятия и техники. Фазы/этапы психодрамы.</p>	<p>Знать: методики поиска, сбора и обработки информации; - актуальные российские и зарубежные источники информации в сфере профессиональной деятельности; - метод системного анализа.</p> <p>Уметь: применять методики поиска, сбора и обработки информации; - осуществлять критический анализ и синтез информации, полученной из разных источников; - применять системный подход для решения поставленных задач.</p> <p>Владеть: методами поиска, сбора и обработки, критического анализа и синтеза информации; - методикой системного подхода для решения поставленных задач</p>

<p>ОПК – 8. Способен выполнять свои профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры.</p>	<p>Психодрама и социометрия. Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ. Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.</p>	<p>Знать: базовые процедуры анализа проблем человека и социализации индивида, проблем профессиональной и образовательной деятельности, характеристики функционирования людей с ограниченными возможностями и различными заболеваниями;</p> <p>Уметь: проводить базовые процедуры анализа проблем человека и социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, анализировать характеристики функционирования людей с ограниченными возможностями и различными заболеваниями;</p> <p>Владеть: владение полученными знаниями и навыками в процессе анализа проблем человека и социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционирования людей с ограниченными возможностями и различными заболеваниями.</p>
--	--	---

К разделам № 1-6 (устный ответ, активные и интерактивные формы, зачет)

Шкала оценивания	Критерии оценивания
отлично	<p>Выставляется студенту, если он проявил следующие знания, умения, навыки:</p> <p>свободное владение научной терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы; умение использовать научные достижения психологических и других связанных с ними дисциплин;</p> <p>систематизированные, полные знания по всем вопросам, входящим в показатель «знать» соответствующей компетенции;</p>

	<p>четкое представление о сущности, характере и взаимосвязях понятий и явлений психологии;</p> <p>знание основных проблем психологической дисциплины;</p> <p>ориентирование в специальной литературе;</p> <p>знания отличаются глубиной и содержательностью;</p> <p>ответ студента структурирован, содержит анализ существующих теорий, научных школ, направлений и их авторов;</p> <p>логично и доказательно раскрывает предложенную проблему;</p> <p>ответ характеризуется глубиной, полнотой и не содержит фактических ошибок;</p> <p>ответ иллюстрируется примерами, в том числе из собственной практики;</p> <p>демонстрирует умение аргументировано вести диалог и научную дискуссию;</p> <p>проявляет навыки: подбора средств психодиагностики в зависимости от решаемых задач; построения психологического диагноза; ориентации в принципах и техниках терапевтической работы в психодраме; умений органично вплетать психодраматические приемы в общую канву психокоррекционной и психотерапевтической работы.</p>
хорошо	<p>Выставляется студенту, если он проявил следующие знания, умения, навыки:</p> <p>владение научной терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;</p> <p>в основном полные знания по всем вопросам тем, формирующим компетенцию;</p> <p>четкое представление о сущности, характере и взаимосвязях понятий;</p> <p>умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;</p> <p>имеющиеся в ответе несущественные фактические ошибки, студент способен исправить самостоятельно, благодаря наводящему вопросу;</p> <p>ответ изложен логично;</p> <p>проявляет навыки: подбора средств психодиагностики в зависимости от решаемых задач; построения психологического диагноза; ориентации в принципах и техниках терапевтической работы в психодраме; умений органично вплетать психодраматические приемы в общую канву психокоррекционной и психотерапевтической работы.</p>
удовлетворительно	<p>Выставляется студенту, если он проявил следующие знания, умения, навыки:</p> <p>владение психологической терминологией;</p> <p>имеются неточности при ответе на основные вопросы;</p> <p>неполное представление о сущности и взаимосвязях психологических закономерностей и принципов;</p> <p>умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;</p> <p>программные материалы в основном излагается, но допущены незначительные ошибки;</p>

	студент может обосновать, объяснить факты; демонстрирует недостаточно сформированные навыки: подбора средств психодиагностики в зависимости от решаемых задач; построения психологического диагноза; ориентации в принципах и техниках терапевтической работы в психодраме; умений органично вплетать психодраматические приемы в общую канву психокоррекционной и психотерапевтической работы.
неудовлетворительно	Выставляется студенту, если он продемонстрировал: отсутствие представления о сущности, характере и взаимосвязях психологических закономерностей и принципов; неумение владеть психологической терминологией; отсутствие знаний и умений; отсутствие сформированной компетенции; отсутствие сформированных навыков.
Зачтено	Выставляется студенту, если он проявил следующие знания, умения, навыки: фрагментарные знания при ответе, которые отличаются поверхностностью и малой содержательностью, имеются неточности при ответе на основные вопросы; не полное представление о сущности, характере и взаимосвязях психологических закономерностей и принципов; владение психологической терминологией; умение обосновать излагаемый материал практическими примерами; четкое представление о сущности, характере и взаимосвязях понятий психодиагностики; демонстрирует умение аргументировано вести диалог и научную дискуссию. Имеет навыки: подбора средств психодиагностики в зависимости от решаемых задач; построения психологического диагноза; реализации основных консультативных методик.
Не зачтено	Выставляется студенту, если он продемонстрировал: отсутствие знаний и умений; отсутствие представления о сущности, характере и взаимосвязях психологических закономерностей и принципов; неумение владеть психологической терминологией; отсутствие сформированных навыков

К разделам № 1-6 (реферат, доклад)

Шкала оценивания	Критерии оценивания
отлично	выставляется студенту, если: тема раскрыта полностью; студентом освещена актуальность темы, цели и задачи, научна и практическая значимость, сформулированы методы, теоретическая база; реферат оформлен в соответствии с предъявляемыми требованиями; в реферате исследуются проблемы теоретического и (или) практического характера;

	<p>в реферате делаются аргументированные и обоснованные выводы по исследуемым проблемам;</p> <p>продемонстрированы навыки самостоятельного научного поиска необходимой литературы;</p> <p>выработаны умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов, раскрывающих суть темы реферата;</p> <p>студент аргументировано ответил на все вопросы, заданные при обсуждении доклада;</p> <p>продемонстрированы навыки самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач; навыки научного анализа материала и его изложения;</p> <p>развиты умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме.</p>
хорошо	<p>выставляется студенту, если:</p> <p>заявленная тема раскрыта полностью;</p> <p>развиты умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;</p> <p>студент ответил на большинство вопросов, заданных в процессе обсуждения доклада;</p> <p>продемонстрированы навыки самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;</p> <p>в реферате исследуются актуальные проблемы теоретического и (или) практического характера;</p> <p>развиты навыки самостоятельного научного поиска необходимой литературы;</p> <p>развиты навыки научного анализа материала и его изложения;</p> <p>выработаны умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата;</p>
удовлетворительно	<p>выставляется студенту, если:</p> <p>заявленная тема раскрыта не полностью;</p> <p>студент не ответил на большинство вопросов, заданных в процессе обсуждения доклада;</p> <p>в работе использовалось менее 3-х источников;</p> <p>не продемонстрированы навыки самостоятельного научного поиска необходимой литературы;</p> <p>развиты умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;</p> <p>развиты навыки самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач.</p>
неудовлетворительно	<p>выставляется студенту, если:</p> <p>заявленная тема не раскрыта;</p> <p>не сформирована компетенция;</p> <p>студент не ответил на вопросы, заданные в процессе обсуждения доклада</p>

К разделам № 1-6 (тест)

Шкала оценивания	Критерии оценивания
отлично	студенты, давшие в результате 80 % и более правильных ответов получают оценку «отлично».
хорошо	студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 60 % и более процентов получают оценку «хорошо».
удовлетворительно	студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на 50 % и более процентов получают оценку «удовлетворительно».
неудовлетворительно	студенты, давшие в результате опроса правильные ответы на менее, чем 50 % вопросов получают оценку «неудовлетворительно».

К разделам № 1-6 (контрольная работа)

Шкала оценивания	Критерии оценивания
отлично	ответ полный, правильный, понимание материала глубокое, основные умения сформированы и устойчивы; изложение логично, доказательно, выводы и обобщения точны и связаны с явлениями жизни, с областью будущей специальности; использование психологических понятий адекватное, практическая задача решена правильно
хорошо	ответ удовлетворяет вышеназванным требованиям, но изложение недостаточно систематизировано, отдельные умения недостаточно устойчивы, в определении понятий, в выводах и обобщениях имеются отдельные неточности, легко исправимые с помощью дополнительных вопросов преподавателя, практическая задача решена правильно
удовлетворительно	ответ обнаруживает понимание основных положений излагаемого материала, однако наблюдается значительная неполнота знаний; определение понятий нечеткое, умения сформированы недостаточно, выводы и обобщения аргументированы слабо, в них допускаются ошибки; в решении практической ситуации имеются грубые недостатки;
неудовлетворительно	ответ неправильный, показывает незнание основного материала, грубые ошибки в определении понятий, неумение работать с документами, источниками, практическая ситуация не решена или решена, но неправильно.

1.2. Типовые контрольные задания и иные материалы

Наименование и код компетенции (Результаты освоения программы бакалавриата)	Этапы формирования компетенции (разделы, темы дисциплины, изучение которых формирует компетенцию)*	Вид оценочного средства (контрольное задание (тесты, рефераты и проч.), позволяющее провести контроль знаний, умений, навыков)
УК – 1. Способен осуществлять поиск, критический анализ и синтез информации, применять системный подход для решения поставленных задач.	Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено: история возникновения и теоретические конструкты. Основные психодраматические понятия и техники. Фазы/этапы психодрамы.	Составление, систематизация и анализ, изученной информации. Тестирование. Беседа. Дискуссия. Подготовка реферата и сообщения, работа в группах, презентации, тренинг, ролевая игра, мастер-класс
ОПК – 8. Способен выполнять свои профессиональные функции в организациях разного типа, осознанно соблюдая организационные политики и процедуры.	Психодрама и социометрия. Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ. Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.	Составление, систематизация и анализ, изученной информации. Тестирование. Беседа. Дискуссия. Подготовка реферата и сообщения, работа в группах, презентации, тренинг, ролевая игра, деловая игра, зачет.

Текущий контроль успеваемости

Тесты

для текущего контроля знаний

Правила тестирования: Ознакомьтесь с вопросом. Отметьте правильный ответ.

Тест 1.

1. **Специфика самосознания личности творческого процесса заключается в:**
 - А. Творческом самопознании.
 - Б. Творческом самоотношении.
 - В. Творческом самопризнании.
 - Г. Творческой саморегуляции.

2. **Последовательность этапов волевого действия психодрамы не включает в себя:**
 - А. Возникновение побуждения.
 - Б. Осознание и борьба мотивов.
 - В. Подкрепление.
 - Г. Принятие решения.

3. **Арттерапевтические пространственно-временные характеристики отражают процессы:**
 - А. Познавательные.
 - Б. Мотивационные.
 - В. Эмоциональные.
 - Г. Волевые.

4. **Получение первичных арт- образов обеспечивают:**
 - А. Сенсорно-перцептивные процессы.
 - Б. Процессы музыкального мышления.
 - В. Мнемические процессы.
 - Г. Процессы музыкального внимания.

5. **В психодраматической деятельности повышение чувствительности одних органов чувств при одновременном воздействии раздражителей на другие органы чувств проявляется как:**
 - А. Адаптация.
 - Б. Сенсибилизация.
 - В. Синестезия.
 - Г. Модальность.

6. **Новый вид творческой чувствительности, обусловленный переносом качеств одной модальности на другую, - это:**
 - А. Синестезия.
 - Б. Аккомодация.
 - В. Дивергенция.
 - Г. Сенсибилизация.

7. Вид памяти, при котором прежде всего сохраняются и воспроизводятся пережитые человеком музыкальные чувства, известен как память:
А. Наглядно-образная.
Б. Феноменальная.
В. Эмоциональная.
Г. Эйдетическая.
8. Значение структурирования креативного материала для запоминания подчеркивали представители:
А. Психоанализа.
Б. Гештальтпсихологии.
В. Бихевиоризма.
Г. Ассоционизма.
9. Сосредоточенность творческого сознания на определенном креативном явлении или переживании обеспечивает:
А. Рефлексия.
Б. Восприятие.
В. Внимание.
Г. Память.
10. Соединение различных, практически не соединимых компонентов психодраматической продукции называется:
А. Гиперболизацией.
Б. Схематизацией.
В. Типизацией.
Г. Агглютинацией.
11. Переживание удовлетворения потребности в творческом объекте называется:
А. Интересом.
Б. Радостью.
В. Удивлением.
Г. Недоумением.
12. К аспектам творческого обучения и образования не относится:
А. Индивидуально-личностный.
Б. Глорический.
В. Социокультурный.
Г. Гностический.
13. Архетипология психолога А.В.Тороповой построена на учении:
А. З.Фрейда.
Б. К.-Г.Юнга.
В. Дж.Уотсона.
Г. В.Райха.
14. Интонационная теория связана с именем:

- А. Б.В.Асафьева.
- Б. Б.М.Теплова.
- В. А.Л.Готсдинера.
- Г. Л.Л.Бочкарева.

15. Слуховые ощущения возникают в человеке благодаря резонированию внутренних органов слуха в ответ на внешние воздействия определяют:

- А. Закон Вебера-Фехнера.
- Б. Резонансную теорию слуха.
- В. Концепцию о компонентах высоты музыкального звука.
- Г. Интонационную теорию.

16. Творческий язык, связанный с психическим эмоциональным сопереживанием определяет:

- А. Коммуникативную функцию.
- Б. Гедонистическую функцию.
- В. Эстетическую функцию.
- Г. Познавательную функцию.

17. Концепция катарсиса принадлежит античному философу:

- А. Пифагору.
- Б. Платону.
- В. Аристотелю.
- Г. Демокриту.

18. Учение об эвритмии связано с именем:

- А. Кунау.
- Б. Пифагора.
- В. Кирхера.
- Г. Платона.

19. Концепция Э.Курта сопряжена с:

- А. Гештальтпсихологией.
- Б. Тонпсихологией.
- В. Когнитивной психологией.
- Г. Гуманистической психологией.

Тест 2.

Итоговый тест по дисциплине

1. Создателем метода психодрамы является:

- А. Келлерман
- Б. Морено +
- В. Андерсон

2. Согласно классическому определению, психодрама - это:

- А. метод групповой психотерапии, предполагающий использование театрализованной

(драматической) импровизации для исследования клиентом своего внутреннего мира, развития творческого потенциала и на этой основе продуктивного изменения отношения к бытию в различных его ипостасях (включая самоотношение) и расширения возможностей адекватного поведения и взаимодействия +

Б. наука, исследующая “правду” драматургическим методом

В. метод психотерапии в ходе которого клиент с помощью ведущего группы воспроизводит в драматическом действии значимые события своей жизни, разыгрывает сцены, имеющие отношение к его проблемам. Сцены разыгрываются таким образом, как если бы они происходили в данный момент. Действия структурируются так, чтобы способствовать прояснению и конкретизации проблемы. Анализируются новые роли, альтернативные аффективные поведенческие стили, осуществляется поиск и апробирование более конструктивных моделей решения проблемы

3. К техникам психодрамы относятся:

А. Техника монолога

Б. Галлюцинаторная психодрама

В. Техника двойника

Г. Все вышеперечисленные +

Д. Ни одна из вышеперечисленных

4. Основные концепции, лежащие в основе психодрамы, называются:

А. Теория ролей, теория спонтанности, социометрия +

Б. Теория кооперации, социометрия, теория самореализации

В. Теория спонтанности, теория самореализации.

5. Определение "роли" согласно Морено:

А. Роль - это единица консервированного поведения

Б. Роль - это единица синтетического опыта, куда вкраплены частные, социальные и культурные элементы

В. Роль - это форма функционирования, которую принимает индивид в определенный момент, реагируя на определенную ситуацию, в которую вовлечены другие лица или объекты

Г. Все вышеперечисленные. +

6. Для социальных ролей характерно:

А. Стереотипность +

Б. Связь с религией

В. Строгая привязка к исполнителю

Г. Все ответы верны

7. Стадии ролевого развития

А. Эмбриональная, Первой Вселенной, Второй Вселенной, Третьей Вселенной +

Б. Эмбриональная, Младенческая, Зрелая

В. Первой Вселенной, Второй Вселенной, Третьей Вселенной

8. Виды ролевых конфликтов (по Морено):

А. Интраролевой и интерролевой

Б. Интраперсональный и интерперсональный

- В. Верно А и Б +
- Г. Нет верного ответа

9. Спонтанность определяется Морено как:

- А. Психологический эквивалент философско-теологического понятия “искра Божья”
- Б. Адекватная реакция на новые условия или новая реакция на старые +
- В. Способность произвольно реагировать на новые условия
- Г. Нет верного ответа

10. Социометрия - это:

- А. Эмпирически разработанное Морено учение о межличностных отношениях, позволяющее выразить взаимоотношения в группе в графической форме +
- Б. Измерение и фиксация основных демографических показателей группы
- В. Активизация чувств участников группы

Промежуточная аттестация

ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ с оценкой

1. Этапы творческого пути Я.Л. Морено, создание психодрамы, социометрии и групповой психотерапии.
2. Основные психодраматические понятия и этапы психодрамы: «разогрев», «действие», «ролевая обратная связь», «шеринг». Процесс анализ, его задачи.
3. Проблема сопротивления и доверия, формы сопротивления, методы работы с сопротивлением, достоинства и недостатки групповых форм работы.
4. Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.
5. Подготовка группы к работе «разогрев», активизация спонтанности и повышение уровня доверия, групповые игры, «чекинг», фазы развития группы.
6. Различия между ролевой игрой и психодрамой: техники, задачи, области применения, временные ограничения, соотношение импровизации и заданного сценарием, степень активности, отличие заключительных фаз.
7. Феномен переноса в психодраме и других формах психотерапии, сущность переноса, эмпатия и «теле», групповое бессознательное.
8. Директор/ведущий – профессиональные качества, роли, способности и личностные характеристики, необходимые для понимания других и успешной работы с группой.
9. Омnipотентные тенденции в работе ведущего и их влияние на особенности групповой работы, процессы интроекции и сепарации. Методы работы ведущего над собой, динамика представлений о тренере и поиск своего стиля.
10. Понятия: «теле», «социальный атом» и его строение, «социальная смерть».
11. Социометрия, социометрические критерии, динамические социометрические и идентификационные упражнения в группе.
12. Основные психодраматические техники, их предназначение и особенности выполнения.
13. Применение психодрамы при работе с заболеваниями, анализ жизненных событий, «синдром годовщины», геносоциогамма по А. Шутценбергер.

13. Конкретность описания, аутентичность поведения («здесь и сейчас», максимальное вовлечение, спонтанные описания) как принципы использования ролевых игр в психотерапии.
14. Принцип фокусировки, изменения временных параметров, драматизации, внешнего воплощения внутреннего.
15. Сложные групповые ситуации, трудности тренера и пути их преодоления.
16. Особенности психоаналитически ориентированных форм психодрамы.
17. Основные понятия, применяемые для объяснения диадного и группового взаимодействия: перенос и контрперенос, психологическая защита: (проекция, сопротивление, вытеснение, рационализация), сепарация, интроекция, регрессия, групповое бессознательное).
18. Техника проведения психодрамы, центрированной на протагонисте, ее особенности и этапы.
19. Психодрама, направленная на группу, центрированная на группе и на теме.
20. Практическая работа с группой на стадии разогрева, цели, задачи, техники. Способы организации и формы проведения упражнений и групповых игр.
21. Понятие «катарсис», катарсис в психодраме.
22. Особенности применения психодрамы в работе с подростками (интрапсихическая психодрама Питцелле).
23. Применение психодрамы в работе с семьей.
24. Особенности использования психодрамы с жертвами насилия: дети и взрослые.
25. Особенности работы со сверхреальностью в психодраме (добавочной реальностью, завершение незавершенных событий, работа со сновидениями, проба будущего, «волшебный магазин»).
26. Основное содержание и задачи заключительной стадии психодрамы, ролевая и идентификационная обратная связь, шеринг, правила его проведения, процесс анализа.
27. Содержание основного этапа психодрамы.
28. Назначение и снятие ролей, обмен ролями, дублирование, функции дубля.
29. Первые психодраматические и театральные опыты Я.Л. Морено. Этапы психодраматического движения.
30. Социометрические исследования Я.Л. Морено в начале 30-х годов, возникновение социометрии, социометрический тест, социограмма, социодинамические законы.
31. Психодрама в работе с людьми, имеющими серьезные трудности в обучении.
32. Роль, ролевое поведение, психосоматические и соматические роли.
33. Психодраматерапия и динамика влечений (Г.Лейтц).
34. Психодраматерапия и социометрия (Г.Лейтц).
35. Психодраматерапия в аспекте теории ролей: психопатологические нарушения, ролевой дефицит, атрофия ролей, ролевые конфликты.
36. Спонтанность, действие, креативность, «консервы», креативные качества человека.
37. Ролевое развитие, его стадии, связь с обучением и базовыми психодраматическими техниками.
37. Особенности проведения психодрамы с преступниками.
38. Роли клиентов в психотерапевтической группе.
39. Динамические процессы в группе, понятие о групповой динамике, элементы групповой динамики.
40. «Трудные» клиенты в группе и работа с ними.

**Ведение занятий в интерактивной форме,
обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной
коммуникации, принятия решений, лидерских качеств**

**Тема 1: Психодрама, социометрия и групповая психотерапия Я.Л. Морено:
история возникновения и теоретические конструкты.**

Презентация:

Цель: Способствовать эффективному усвоению знаний, активизируя каналы восприятия учебной информации.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания об основных закономерностях возникновения психодрамы, социометрии и групповой психотерапии Я.Л. Морено;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие формирование психодраматических и социометрических опытов Я.Л. Морено.

Примерные вопросы для обсуждения:

- 1 История возникновения психодрамы, социометрии и групповой психотерапии.
- 2 Ранние психодраматические и социометрические опыты Я.Л. Морено.
- 3 Этапы психодраматического движения.
- 4 Развитие методов социометрии.

Тема 2: Основные психодраматические понятия и техники.

Деловая игра

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания о психодраматических понятиях и техниках ;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие содержание взаимодействия при применении психодраматических техник.

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним:

- Особенности организации различных форм и видов психодраматических техник.
- Технология процесса психодраматических техник.

- Структура рабочего процесса. Основные принципы выбора целей и направленности психологического воздействия. Достижение психологического эффекта.

II этап: выполнение практических заданий.

Студенты объединяются в пары и разыгрывают различные позиции взаимодействия.

Задание:

1. Обозначьте структуру, содержание и функции и следующих понятий протагонист, директор психодрамы, сцена.
2. Примените одну из базовых техник или ее разновидность: представление самого себя, исполнение роли, диалог, монолог, дублирование и множественное дублирование, обмен ролями, реплики в сторону, пустой стул, зеркало (Self-presentation, Role-playing, Dialogue, Soliloquy, Double and Multiple Doubles, Aside, Role-Reversal, Empty chair and Mirror).

Пример:

Техника самопрезентации

Пациент изображает на сцене самого себя, мать, отца, сестру, начальника, свою девушку и т.д. Пациент, четырнадцатилетний мальчик с проблемой убегания из дому, играет роль своего отца в типичной домашней ситуации; вспомогательное эго изображает его мать. Билл предварительно объясняет вспомогательному эго (вспомогательное эго — «актер», исполняющий роль значимых фигур в жизни пациента-протагониста, его бессознательных желаний или фантазий, его субличностей, галлюцинаторных голосов и т.п. Вспомогательные эго обычно выбираются самим пациентом из участников психодраматической группы. В этом качестве могут также выступать специально подготовленные помощники терапевта-режиссера. — Прим. ред.) как его мать обычно ведет себя по отношению к отцу. Билл в роли отца из-за кулис (подразумевается, что там находится кабинет отца) раздраженно кричит жене: «Стелла, бога ради, прекрати плакать! Это сводит меня с ума! Я просто не могу здесь работать!» Мать: «Я в таком отчаянии из-за Билла (рыдает, причитает все громче и громче), тебе это все безразлично, у тебя просто нет сердца, никогда его не было и никогда не будет. Это ты виноват, что Билл стал таким! Моя мама всегда говорит...» (опять рыдает). Билл (в роли отца): «Твоя мама! Рыдать еще и из-за этого! Ну почему ты всегда должна ко всему приплести свою мамочку?» (Хлопает дверью).

Проанализируйте ситуацию.

Дайте характеристику основным техникам работы методом психодрамы.

III этап: подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные решения.

Тема 3: Фазы/этапы психодрамы

Деловая игра

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи, посредством самоанализа, осуществить познание студентами

себя; научить понимать свои личностные и профессиональные возможности, строить свою профессиональную деятельность в соответствии с моделью личности эффективного консультанта.

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним.

Вопросы для обсуждения:

- применение диагностических техник, упражнений в психодраме.
- групповые упражнения;
- ролевая игра;
- монодрама;
- телесные и медитативные упражнения как вспомогательные техники работы

II этап: выполнение практических заданий.

Группа делится на подгруппы, включающие не менее 3 человек. Участники подгрупп выполняют задания, отвечают на вопросы, формулируют совместное решение.

Задание: постройте психодраматическую сессию, используя технику двойника

Техника двойника

Используется при проникновении в конфликты субъекта на уровне эго. Вспомогательное эго находится рядом с пациентом, взаимодействуя с ним «как он сам», физически удваивая его в пространстве и помогая ему понять свои проблемы.

Пример: Пациентка находится в своей спальне, вспоминая все события прошедшего дня. Она, и вместе с ней вспомогательное эго, совершает движения, означающие, что пациентка готовится ко сну, Пациентка при этом очень рассеяна, и вспомогательное эго в качестве ее двойника, чувствуя ее подавленность, грусть, раздражается слезами, и кричит: «Зачем я продолжаю лгать самой себе! Я могу обмануть других, но я не могу обмануть саму себя!» Пациентка тоже начинает плакать, говоря при этом: «Что толку плакать, пока опять не уснешь. Я слишком часто делала это».

Техника нескольких двойников

Пациент находится на сцене с несколькими своими двойниками. Каждый из них изображает различные аспекты его личности. Одно вспомогательное эго изображает пациента таким, какой он есть сейчас, а пациент в это время изображает самого себя в детском возрасте и каким он был вскоре после смерти отца; другое вспомогательное эго изображает, каким он может стать через 30 лет.

Все маски пациента присутствуют на сцене одновременно, и каждая играет в свою очередь.

Основные этапы психодраматической сессии:

- 1) «разогрев»,
- 2) действие,
- 3) заключительная или фаза обсуждения.

Проанализируйте успешность построения сессии с помощью обратной связи.

III этап: Подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные выводы.

Тема 4: Психодрама и социометрия Работа в малых группах

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания о социометрических критериях;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие социометрические исследования.

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки по социометрии, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним.

II этап: выполнение практических заданий.

Группа получает заранее подготовленные бланки для составления социограммы на группу студентов. Студенты отвечают на вопросы, формулируют совместное решение.

Задание:

1. Составьте социограмму группы студентов (не собственной).
2. Проанализируйте результаты

Примерные вопросы для обсуждения:

1. Социодрама как метод проработки межгрупповых проблем.
2. Применение социодрамы для проработки личностных проблем.

III этап: подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные решения.

Тема 5: Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ.

Тренинг

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания о формах групповой психотерапии;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие эффективную организацию психотерапевтического процесса .

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним.

- Генезис невроза.
- Основные терапевтические факторы.
- Средства психодрамы и уровни личностных изменений.
- Фазы психодраматического действия.
- Организация психотерапевтического процесса и групповая динамика.
- Техники психодрамы
- Результат психотерапии и связь психодрамы с другими направлениями.

II этап: выполнение практических заданий.

Техника "свечи" (групповая).

Техника "свечи" (Киппер, 1975) представляет собой попытку создать ситуацию ролевой игры, в которой обратная связь предлагается в относительно неугрожающей атмосфере, неприкосновенность личности более или менее гарантирована и не происходит обособления кого-либо из членов группы.

Ведущий вводит технику как упражнение по получению обратной связи и говорит: "Я бы хотел, чтобы вы подумали над тем, чем бы вы хотели стать, если бы вам предоставился такой шанс. Вы можете стать каким-то человеком, предметом, животным или, может быть, растением".

Через некоторое время каждый из членов группы описывает свою новую сущность.

Ведущий затем говорит, что он стал свечой (в соответствии с названием техники), которая дает свет:

"Если вы пододвините меня к чему-то, это что-то станет лучше видно вам. Я не могу говорить. Единственный звук, который я издаю — это "ш-ш, ш-ш". Я хочу, чтобы один из вас передвигал меня и ставил по очереди позади каждого из вас. Пока я стою позади человека, вы можете высказываться об этом человеке или предмете, который вы видите в нем в его новом качестве. Говорите и приятное, и неприятное. Но как только я скажу "ш-ш, ш-ш", передвиньте меня к другому человеку".

Опыт показывает, что люди стремятся получить обратную связь и воспринимают ее серьезно. Наличие защиты (временно принятая новая сущность) минимизирует нежелательную эмоциональную реакцию и акцентирует установку на получение знания о себе.

Примерные вопросы для обсуждения:

1. Как вы воспринимали обратную связь?

2. Что послужило защитой при выполнении упражнения?
3. Для каких целей может применяться это упражнение?
4. Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы.
5. Проблемы психотерапевта и их влияние на особенности групповой работы.
6. Методы самостоятельной работы руководителя группы, супервизия. Личностные характеристики и социально-перцептивные способности директора психодрамы, необходимые для успешной психотерапевтической работы с группой (качества успешного психотерапевта).
7. Профессиональные требования к директору, его роли: аналитик, режиссер, терапевт, ведущий (П. Келлерман).
8. Контрпереносные реакции, личность ведущего, этические требования и проблема границ.

III этап: Подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные выводы.

Тема 6: Основные роли директора психодрамы, феномен контрпереноса, этические требования и проблема границ. Деловая игра

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания о формах групповой психотерапии;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие эффективную организацию психотерапевтического процесса .

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним.

- Техники психодрамы
- Результат психотерапии и связь психодрамы с другими направлениями.

II этап: выполнение практических заданий.

Задание:

Организуем в группе психодраматическую сессию, приняв на себя определенные роли.

Ответьте на следующие вопросы:

1. Что нового я узнал для себя из роли директора, протагониста, дополнительного “я”, члена аудитории или участника процессинга?

2. Какие трудные моменты я испытал в этой драме из роли директора, протагониста, дополнительного “я”, члена аудитории или участника процессинга?

3. Что Вы воспринимаете удачным (достигшим цели) в этой сессии из роли директора, протагониста, дополнительного “я”, члена аудитории или участника процессинга?

Фаза разогрева

4. Какую динамику произвел конкретный протагонист? Каков был критерий выбора этого протагониста? Каковы Не стоит забывать, что ваши осознания по поводу социометрии в группе?

Фаза действия

5. Соблюдались ли основные правила психодрамы? Определите два правила, которые лично Вы поддерживали? Определите одно правило, требующее особого внимания?

6. Была ли дана протагонисту возможность что-либо переделать или доделать?

7. Как были использованы дополнительные “я”? Как они не были использованы?

Заключительная фаза

8. Каким образом было облегчено вхождение протагониста обратно в группу?

9. Облегчил ли директор деролинг дополнительных “я”?

Общие вопросы

10. Ощущалось ли четкое различие между психодраматической реальностью и каждодневной реальностью?

11. На какие роли в этой драме Вы хотели быть избранными, но не были избраны?

12. Был ли я способен участвовать в той степени, в которой хотел?

13. Что, по моему мнению, следовало бы подробнее осветить во время процессинга?

III этап: Подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные выводы.

Тема 7: Сравнительный анализ психодрамы и ролевой игры как составляющей СПТ.

Деловая игра

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания об особенностях социально-психологического тренинга;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие содержание взаимодействия в рамках социально-психологического тренинга.

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним:

- Ролевая игра и психодрама, сходство и отличия (задачи, области применения, временные ограничения, соотношение импровизации и заданного сценарием, активность и ответственность ведущего, его роли, содержательные отличия, касающиеся заключительной фазы.

- Ролевые игры как метод обучения навыкам в социально-психологическом тренинге (А. Менкс). Особенности работы с разновозрастными категориями клиентов, ограничения ролевой игры.

- Применение методов ролевой игры при решении проблем общения и обучения практическим навыкам и поведенческим паттернам различных категорий клиентов. Основные техники ролевой игры: обмен ролями, отражение, аквариум, параллель, переигровка, стул-собеседник.

- Выбор ролевой игры, подготовка к ролевой игре, правила написания сценария ролевой игры.

II этап: выполнение практических заданий.

Разыгрывание ситуации (аквариум) техника Пустого стула.

Техника пустого стула

Пустой стул (иногда вспомогательный стул) — это один из наиболее широко известных и часто применяемых методов ролевых игр, в психодраме и гештальттерапии.

Здесь протагонист действует без помощи вспомогательных лиц. Вернее, протагонист в этой технике взаимодействует с воображаемым кем-то или чем-то, представленным одним или несколькими пустыми стульями. Стулья служат заместителями отсутствующих лиц, предметов, явлений и т. д. Они могут представлять неодушевленные объекты, такие, как комната, стойка, дом. Они могут представлять точку зрения, черту характера, навык или помехи (имеются в виду место в служебной иерархии, преобладание, профессия или род занятий, страх, чувство собственной неполноценности, препятствия, камень преткновения). Чаще, однако, пустой стул вводится, чтобы представлять человека, с которым протагонист эмоционально связан. Этот человек может быть живым или мертвым, кем-то еще, чьим-то "я" или частью этого "я".

В этой технике протагонист разговаривает с воображаемым кем-то или чем-то в форме монолога или обмена ролями. Протагонист все время меняется ролями и местами с отсутствующим кем-то или чем-то. Этот "двухрельсовый монолог" поддерживает ход действия. Важно, чтобы впоследствии пустой стул был занят конкретным человеком, вспомогательным лицом, с кем бы протагонист мог общаться, как будто воображаемый "кто-то" действительно был здесь.

В своей простейшей форме техника пустого стула использует один стул. Но сцена может быть расширена, усложнена и в этом случае можно использовать несколько пустых стульев, представляющих несколько ролей. Например, могут быть поставлены два стула — один доброжелатель протагониста, другой — злопыхатель. Группа пустых стульев может представлять целый репертуар ролей (муж, отец, поставщик, начальник, помощник, преподаватель, интеллектуальный компаньон, секретарь).

Обоснование. Эта техника применяется в случаях, когда протагонисты не готовы встретиться с могущими причинить боль обстоятельствами, которые им придется

рассматривать на терапевтическом сеансе. В обычных условиях протагонисты постараются уклониться и избежать неприятный эпизод. Техника пустого стула помогает им освоиться с неприятными ощущениями, испытать их в менее угрожающей обстановке.

Эта техника обеспечивает "столкновения под прикрытием", в которых протагонист полностью контролирует ситуацию. Она допускает перестановки и перемещения. Инструкции. Терапевт ставит пустой стул в центр пространства действия напротив протагониста (или членов группы в случае группового лечения) и дает следующие инструкции: "Я хотел бы, чтобы вы посмотрели на стул. Не смотрите на меня, сконцентрируйте внимание на пустом стуле. Когда смотрите на стул, попробуйте посадить на

него в своем воображении кого-то, с кем у вас "не закончен разговор". Попробуйте как можно более отчетливо и точно представить себе этого человека и задержите его образ на несколько секунд".

Затем терапевт спрашивает протагониста или членов группы, насколько четкий образ им удалось воссоздать. Часто люди отвечают, что перед ними прошла череда лиц, прежде чем удалось сфокусироваться на ком-то конкретно. Иногда они говорят, что выбранный образ появляется и исчезает. Терапевт затем продолжает: "Теперь мне бы хотелось, чтобы вы обратились к человеку, которого вы только что представили себе сидящим на стуле, и сказали все, что у вас есть ему сказать".

В ситуации, когда стул или стулья представляют уже известных отсутствующих лиц, могут быть даны следующие инструкции: "У нас есть несколько пустых стульев, каждый из которых представляет кого-либо из списка отсутствующих, о ком вы гово-

рили (то есть несколько членов одной семьи, набор черт характера или навыков человека, перечень обязанностей или ролей участника). Я бы хотел, чтобы вы мне сказали, кого представляет каждый стул. Вы можете передвигать стулья, размещать их так, чтобы их расстояние от вас показывало, насколько важен этот стул для вас — чем ближе стул, тем важнее. Затем скажите мне, к какому стулу вы хотите обратиться в первую очередь, и можете начинать".

Показания:

1) в начале сеанса в качестве техники разогрева. В ситуации групповой терапии техника пустого стула может служить методом выбора протагониста. Используя пустой стул как средство проекции, участники могут представлять свои "незавершенные дела", "разборки" с важными для них людьми. А терапевт использует этот материал для выбора протагониста, с которым он, а также члены группы хотели бы работать;

2) всегда, когда терапевт ищет важный ключ для начала сцены;

3) во время работы с протагонистом, которому надо выразить отрицательные чувства, особенно гнев в форме физического насилия. Это можно сделать, направив его агрессию на пустые стулья (должны быть приняты меры, обеспечивающие физическую безопасность);

4) во время работы с протагонистом, который хочет выразить очень интенсивные положительные эмоции, но воздерживается от этого из опасения смутить человека;

5) когда в протагонисте живет глубокое чувство вины и он должен справиться с ним.

Противопоказания. Практически нет таких ситуаций, когда технику пустого стула не следовало бы применять. Она удовлетворяет потребностям множества ситуаций и часто становится основным методом ведения всего сеанса.

Задание:

Опишите особенности проведения ролевой игры.

Вопросы для обсуждения:

1. Ролевая игра и психодрама, сходство и отличия (задачи, области применения, временные ограничения, соотношение импровизации и заданного сценарием, активность и ответственность ведущего, его роли, содержательные отличия, касающиеся заключительной фазы.
2. Ролевые игры как метод обучения навыкам в социально-психологическом тренинге (А. Менце). Особенности работы с разновозрастными категориями клиентов, ограничения ролевой игры.
3. Применение методов ролевой игры при решении проблем общения и обучения практическим навыкам и поведенческим паттернам различных категорий клиентов.

III этап: Подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные выводы.

Тема 8: Психотерапевтические принципы в психодраме. Аквариум

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания о формах психодраммы;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие эффективную организацию психотерапевтического процесса .

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним.

II этап: выполнение практических заданий.

Задание:

Проанализируйте соблюдение принципов при проведении психодраматической сессии (аквариум).

Вопросы для обсуждения.

Каким образом реализовывались использования ролевых игр в психотерапии (Д. Киппер):

- конкретность описания;
- аутентичность/достоверность,
- подлинность поведения через описание «здесь и сейчас»;
- максимальное вовлечение и спонтанные описания;

- выборочное усиление фокусировка (изменение временных параметров, внешнее воплощение внутреннего; расширение познавательных возможностей за счет защищенности и контроля, нового эмоционального(коррективного) опыта, работы со сверхреальностью, темпоритма к конкретному протагонисту и обучение навыку сдерживания;
 - принцип последовательности взаимосвязанных разыгрываемых эпизодов.
- поддержание адекватных терапевтических отношений с пациентами, соблюдение этического кодекса, профессионализм и уверенность в методе.

III этап: Подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные выводы.

Тема 9: Психодрама и психоанализ.

Презентация

Цель: Способствовать эффективному усвоению знаний, активизируя каналы восприятия учебной информации.

Примерные вопросы для обсуждения:

1. Основные понятия, используемые при объяснении диадного и группового взаимодействия в психодраме и психоанализе: перенос и контрперенос, психологическая защита (проекция, сопротивление, вытеснение и др.) эмпатия, сепарация, интроекция, регрессия, групповое бессознательное.
2. Интерпретация как основной инструмент работы психоаналитика и действенная проработка в психодраме, достоинства и недостатки методов.
3. Какое влияние на техники группового и диадного взаимодействия оказали религия, философия и театр?

Тема 10: Практическое применение психодрамы

Ролевая игра

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания о формах групповой психотерапии, техниках самопознания;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие эффективную организацию работы с самосознанием .

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним.

II этап: выполнение практических заданий.

1. Составьте геносоциограмму, на основании следующих сведений:

Необходимые сведения для работы с геносоциограммой

- Возраст на настоящий момент всех членов семьи.
- Даты рождения и смерти, возраст и диагноз умерших родственников.
- Даты заключения браков, продолжительность браков. Возраст детей на время прерывания отношений (разводов).
- Мифы и легенды семьи, а также связанные с причиной смерти некоторых родственников.
- Разница в возрасте между супругами.
- Смена фамилии, имени.
- Количество детей в семьях.
- Аборты, выкидыши.
- Профессии.
- Болезни, алкоголизм, наркомания.
- Заключение в места лишения свободы (тюрьмы, исправительные колонии).
- Суициды, изнасилования, насильственная смерть, физические увечья.
- Дорожно-транспортные происшествия, несчастные случаи.
- Эмиграция, ссылка.
- Инцесты (первого типа - запрещенные связи между кровными родственниками, Второго типа - между людьми, которые стали родственниками в результате брака).

III этап: Подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные выводы.

Тема 11: Катарсис и инсайт в психодраме.

Работа в группах

Цель: актуализировать знания по изучаемой теме, способствовать овладению научной терминологией, формировать умения применять знания на практике, аргументировать выбор решения поставленной задачи.

Задачи:

- обобщить и систематизировать знания о формах групповой психотерапии;
- развивать умения мыслить самостоятельно и аргументировать свою речь;
- исследовать факторы, детерминирующие эффективную организацию психотерапевтического процесса .

Ход занятия:

I этап: актуализация знаний

В ходе подготовки к занятию для эффективного его проведения целесообразно обозначить основные знания, умения и навыки, которые понадобятся студентам, и подготовить их к занятию заранее или непосредственно перед ним. Анализ клинических примеров.

- Преодоление стресса и визуализация работы организма.
- Интерпсихическая психодрама в работе с подростками и интерпсихическая социометрия П. Питцэле.
- Семейная психодрама – психодраматическое лечение супружеских проблем (Я.Л. Морено, З.Т.Морено), возможности психодрамы в работе с жертвами насилия. (М. Карп, Э.Банистер).
- Понятие «катарсис», историческое развитие представлений о катарсисе, переживание катарсиса, роль катарсиса в психодраме. Инсайт в действии, процесс его достижения без помощи интерпретации.

II этап: выполнение практических заданий.

Проанализируйте приведенные примеры, выделите стадию инсайта.

1. Мужчина примерно 40 лет, почти 20 лет состоящий в браке, не знает, как ему справиться с женой: та его практически истощила, отбирая всю жизненную энергию. Она сотрудничает с различными организациями и при этом не дает ему никакой жизни. Он должен делать только то, что хочет она. В первой психодраме была разыграна ситуация, возникшая у него дома. На помощь протагонисту пришло множество желающих его дублировать, побуждавших его к бунту, побегу и обретению самостоятельности. Он, беспомощный и апатичный, сидел на сцене, всем своим видом говоря, что попал в паучью сеть. Осознав это, он внезапно вскочил, схватил воображаемые ножницы и разрезал воображаемую паутину. Но в следующей психодраме положение ничуть не изменилось: паук тотчас же "заштопал" сеть, сделав ее еще крепче. На сей раз протагонист вернулся в свое детство, когда у него впервые возникло сходное чувство безнадежности. Его отец умер очень рано. Его мать была строгой, трудолюбивой женщиной, которая сумела только своими силами поставить на ноги троих детей. До сих пор он говорил о своей матери с чувством глубокого уважения и благодарности, а теперь сказал совсем иное: "Она тоже была пауком. Она высосала из меня все силы".

Он сажает рядом двух женщин: жену и мать. "Вы слеплены из одного теста. Поэтому вы терпеть не могли друг друга". Сам протагонист отошел в дальний угол, встав за колонну так, чтобы они не могли его заметить. "Мне нужно на них внимательно посмотреть. Эта картина для меня новая. Здесь они не скоро меня найдут. Я пока не знаю точно, что делать". Он понял, что сначала был "опутан" матерью, а затем взял в жены похожую на нее женщину и сразу оказался у нее под каблуком. Ему понадобилось еще какое-то время, чтобы в психодраме появился положительный аспект анимы в образе его коллеги, побудившей его взяться за новое дело.

2. Виктор - геолог, ему 48 лет, но он кажется намного старше и жалуется на пустоту и отсутствие смысла жизни. Недавно он вернулся из поездки, где еще раз наблюдал все красоты природы. Здесь чувство опустошенности стало столь невыносимым, что он задумался, стоит ли вообще жить дальше. В нем прочно засела мысль о самоубийстве.

Во время хождения по кругу он изобразил свою совершенно "нормальную" обыденную жизнь, свою несколько холодную, но верную жену, которая только что снова вышла на работу. "Дело вовсе не в том, работаю я или не работаю, живу я или нет, - все будет продолжаться и без меня". Затем он заговорил о своей дочери, которая давно стала студенткой.

На вопрос директора о том, как она стала студенткой он внезапно ответил: "Получилось так, будто она покинула дом". В тот момент его впервые посетило ощущение бессмысленности своей жизни. Затем протагонист ввел в роль свою дочь: "Я - Сюзанна, мне 22 года, я жизнерадостна, у меня темные глаза, много идей и огромные способности; я езжу верхом, танцую, рисую, пою, я умна, у меня много друзей, учеба доставляет мне радость".

При введении в роль жены оказалось, что за ее дисциплинированностью скрывается усталость, разочарование и отсутствие мужества.

Воспроизводится сцена прощания. Увидев дочь, упаковывающую чемоданы, протагонист почувствовал, что она радуется отъезду. Он провожает ее на вокзал.

Вспомогательное "я": "С уходом Сюзанны я многое потерял".

Протагонист: "Фактически все... Она - это часть меня самого". Он слушает звук отбывающего поезда. Вспомогательное "я": "Теперь у меня не осталось ничего".

Протагонист: "Да, теперь я только пустая скорлупа".

Он даже не заметил, что жена тоже пришла на вокзал и стоит с ним рядом. Участница, исполняющая роль жены, печально произносит: "Ты вообще никогда не обращал на меня внимания. Ты меня не совсем не замечаешь". Когда протагонист услышал ее голос, словно доносившийся откуда-то издалека, ему удалось осознать, что она присутствует рядом с ним и полна печали. Он был уже близок к тому, чтобы это понять, вводя ее в роль. Он смутился: "Мне жаль, что так получилось".

Позже, оставшись в своей комнате один, он пытается осмыслить свое положение в монологе. Сюзанна воплощала для него тот потенциал, который он прежде ощущал в себе и от которого ему пришлось отказаться вместе с выбором профессии и образа жизни. "Мне не удалось пережить ничего, о чем я мечтал". Тем большее значение имела для него дочь, унаследовавшая его таланты и сумевшая их развить.

Директор предложил Виктору еще раз навестить дочь в Болонье, где она училась. Вместе с дочерью они отправились перекусить. Дочь рассказывает ему, насколько она счастлива, что вырвалась из тесного родительского дома, с какой благодарностью вспоминает она обо всем, что от него узнала, когда была еще маленькой. "И как чудесно, что ты так неожиданно меня навестил, хотя сначала я испугалась, что ты хочешь взять меня домой. Так замечательно иметь такого отца как ты; но ты совсем не смотришь в мою сторону".

Этот человек подавил в себе аниму, слишком стараясь соответствовать внешним обстоятельствам обывательской жизни, которую он выбрал. Он изжил все свои чувства и фантазии и все позитивные аспекты анимы искал только в своей дочери. Могла ли жизнь сохранить для него смысл, если он "навсегда" расстался с половиной своей души, если лишившись дочери, он лишился своего лучшего, творческого потенциала.

Во время процесс-анализа протагонист сообщил, какую радость принес ему воображаемый визит к дочери и какое облегчение он испытал при этом. Но еще сильнее было его смущение тем, что за все эти годы он как следует не разглядел свою жену. В нем проснулись прежние чувства; теперь для него дочь действительно уехала, и он с ней простился.

Примерные вопросы для обсуждения:

1. Какие техники были использованы в приведенных ситуациях?

III этап: Подведение итогов.

После окончания занятия уточняются основные положения и термины, анализируются результаты, выявляется согласованность мнений и позиций, совместно формулируются и принимаются окончательные выводы.

Темы рефератов

1. Теоретико-нормативный подход, смысловой подход.
2. Художественно-ориентированный подход.
3. Терапия выразительными искусствами.
4. Этапы развития идей Я.Л. Морено, создание психодрамы, социометрии и групповой психотерапии.
5. Основные психодраматические понятия и этапы психодрамы.
6. Основные роли руководителя психодрамы, этические требования и проблема границ.
7. Различия между ролевой игрой и психодрамой.
8. Профессиональные качества, роли, способности и личностные характеристики руководителя психодрамы.
9. Работа ведущего над собой, динамика представлений о тренере и поиск своего стиля.
10. Понятия: «теле», «социальный атом» и его строение, «социальная смерть».
11. Социометрия, социометрические критерии, динамические социометрические и идентификационные упражнения в группе.
12. Основные психодраматические техники, их функции и особенности выполнения.
13. Понятие «катарсис» и «инсайт» в психодраме.
14. Назначение и снятие ролей, обмен ролями, дублирование, функции дубля.

Задания для самостоятельной и практической работы

Разотождествление

На нас влияет все, с чем идентифицирует себя наше “Я”. Мы можем укротить, контролировать и использовать все, с чем мы себя не отождествляем.

Фундаментальный опыт самосознания (открытие “Я”) уже заключен в сознании человека. Именно это отличает наше сознание от сознания животных. Однако обычно самосознание скорее скрыто, чем явно. Мы ощущаем его как нечто туманное и искаженное, поскольку оно смешивается с содержанием нашего сознания и вуалируется им.

Постоянные, различные по характеру воздействия загрязняют сознание и приводят к ложному отождествлению личности не с сознанием как таковым, а с его содержанием. Если мы хотим достичь четкого и ясного самосознания, то первое, что нам предстоит сделать, - не отождествлять себя с содержанием нашего сознания.

Говоря более точно, привычным состоянием для большинства людей является отождествление с тем, что дает нам ощущение существования в этом мире, реальности или напряженности бытия. Это отождествление с частью самого себя обычно взаимосвязано с ведущей функцией или ролью, которые мы играем в жизни. Оно может принимать различные формы. Некоторые люди идентифицируют себя со своим телом. Они слушают себя изнутри и часто говорят о себе в основном с позиции ощущений. Другими словами, они отождествляют свою деятельность прежде всего с деятельностью тела. Существуют люди, которые отождествляют себя с чувствами. Их опыт и его описание не выходят за этот круг. Они полагают, что чувства являются главной и наиболее сокровенной частью их “Я”, тогда как мысли и физические ощущения воспринимаются ими как нечто более далекое и до какой-то степени не связанное с ними. Те, кто идентифицирует себя с разумом, скорее всего склонны

говорить о себе с точки зрения интеллекта даже тогда, когда их спрашивают о самочувствии. Такие люди часто рассматривают чувства и ощущения как нечто второстепенное или вообще не осознают их. Многие из них избирают себе какую-то роль и действуют сообразно ей в качестве “матери”, “мужа”, “жены”, “студента”, “бизнесмена”, “учителя” и т. д.

Подобное отождествление с какой-то частью личности может до определенной степени удовлетворить человека, однако оно имеет серьезные последствия. Оно мешает осознать истинное “Я”, себя во всей полноте; то, чем человек является на самом деле. Такое отождествление исключает или значительно уменьшает возможность познакомиться с другими составляющими нашей личности и использовать их в полной мере. Таким образом, наше “обычное” выражение себя в тот или иной момент времени ограничено; это лишь часть того, что могло бы быть продемонстрировано. Осознанное или неосознанное понимание, что мы не имеем доступа к большей половине того, что заключено внутри нас, может повлечь за собой разочарование и болезненные ощущения неадекватности и страха.

Более того, длительное отождествление с ролью или ведущей функцией часто и практически неизбежно приводит к опасной жизненной ситуации, которая рано или поздно заканчивается появлением чувства потерянности и отчаяния. Это часто случается со спортсменами, состарившимися и потерявшими физическую силу; с актрисами, чья красота увяла; с матерями, дети которых выросли и покинули их; со студентами, окончившими учебное заведение и столкнувшимися с новыми обязанностями. Подобные ситуации могут вызывать серьезные и очень болезненные кризисы. Их можно рассматривать как частичную психологическую “смерть”. Любые попытки удержаться в прежнем, уходящем качестве обречены на провал. Единственным решением проблемы является повторное “рождение”, т. е. новый и более широкий подход к отождествлению. Это иногда требует ломки всей личности, что приводит к новому, более высокому уровню и состоянию бытия. Процесс смерти и возрождения представлен в символической форме во многих мистических обрядах и описан на языке религии многими мистиками. В настоящее время он вновь получил широкое распространение, по уже как трансперсональный опыт и реализация.

Данный процесс часто протекает без ясного понимания его значения и даже против воли и желания индивидуума. Однако сознательное, намеренное и добровольное сотрудничество может в значительной степени способствовать его развитию и ускорению.

Этого можно добиться путем выполнения упражнений, известных под названием “разотождествление” и “отождествление”, а вернее “самоотождествление”. Они помогают нам достичь свободы и права выбора любого аспекта личности, с которым мы хотим отождествления или разотождествления. Последнее зависит от того, что нам кажется наиболее подходящим в возникшей ситуации. Таким образом, мы можем научиться управлять всеми элементами и аспектами нашей личности и искусно использовать их для достижения всеобъемлющего и гармоничного синтеза. По этой причине упражнения играют главенствующую роль в психосинтезе.

Они служат средством, помогающим осознать свое “Я” и развить способность последовательно фокусировать внимание на каждом из основных аспектов личности. Оставаясь сторонним наблюдателем, мы получаем возможность познать и исследовать их. Первый этап, состоящий из упражнения “разотождествление” (в том виде, как оно приведено далее) включает в себя три части, ведущие к осознанию физического, эмоционального и ментального аспектов. Результатом их выполнения является самоотождествление. После приобретения некоторого опыта упражнение может быть расширено или видоизменено, о чем будет рассказано ниже.

Техника выполнения

Примите удобное положение, расслабьтесь, сделайте несколько медленных и глубоких вдохов (в качестве подготовительного этапа можно использовать любую из методик релаксации). Затем медленно и вдумчиво произнесите следующее:

1. У меня есть тело, однако я не есть это тело. Мое тело может пребывать в различных состояниях: оно может быть здоровым или больным, отдохнувшим или усталым, однако оно не имеет ничего общего с моим подлинным “Я”. Я отношусь к своему телу как к драгоценному инструменту, позволяющему осуществлять какие-то действия во внешнем мире, но это только инструмент. Я хорошо обращаюсь с ним, стараюсь делать все, чтобы оно было здорово. Тем не менее, это не я. У меня есть тело, однако я не есть это тело.

Теперь закройте глаза и повторите про себя основные моменты приведенного выше утверждения. Затем сконцентрируйтесь на самом главном положении: “У меня есть тело, однако я не есть это тело”. Постарайтесь по возможности сильнее закрепить этот факт в вашем сознании. Затем откройте глаза и проделайте все в той же последовательности с двумя следующими этапами.

2. Я испытываю какие-то эмоции, однако я не есть эти эмоции. Мои эмоции многообразны, они могут изменяться, становиться своей противоположностью. Любовь может перейти в ненависть, спокойствие в гнев, радость в печаль. При этом моя сущность, мое подлинное “Я” остаются неизменными. “Я” всегда “Я”. Хотя волна гнева может на время захлестнуть меня, я знаю, что это пройдет, потому что я не есть этот гнев, поскольку я способен наблюдать за своими эмоциями и понимать их истоки, я могу научиться управлять ими и гармонизировать их. Итак, совершенно ясно, что они - это я. Я испытываю какие-то эмоции, однако я не есть эти эмоции.

3. У меня есть разум, но я не есть мой разум. Мой разум - ценное средство познания и выражения, но он не является сущностью меня самого. Приобретая новые знания и опыт, впитывая прогрессивные идеи, он находится в непрерывном развитии. Иногда разум отказывается подчиняться мне, поэтому он не может быть мной, моим “Я”. С точки зрения, как внешнего, так и внутреннего мира это орган познания, но это не я. У меня есть разум, но я не есть мой разум.

Теперь начинается этап отождествления. Повторите медленно и вдумчиво:

4. После отделения своего “Я” от ощущений, эмоций и мыслей я признаю и утверждаю, что я - центр абсолютного самосознания. Я - центр воли, способный наблюдать и подчинять себе все психологические процессы и свое тело, а также управлять ими.

Сосредоточивайте внимание на ведущем положении:

“Я - центр абсолютного самосознания и воли”. Попробуйте по возможности глубже проникнуться этой мыслью и закрепить ее в своем сознании.

Поскольку цель настоящего упражнения заключается в достижении особого состояния сознания, то при овладении ею можно значительно изменить технику его выполнения. Так, после определенной тренировки (некоторым людям удастся сделать это с самого начала) можно модифицировать упражнение путем быстрого и динамичного прохождения этапов разотождествления, что подразумевает концентрацию только на ведущих положениях:

У меня есть тело, но я не есть мое тело.

Я испытываю эмоции, но я не есть эти эмоции.

У меня есть разум, но я не есть мой разум.

В подобном случае целесообразно несколько расширить и углубить этап самоотождествления, который будет выглядеть следующим образом:

5. Тогда что есть я? Что остается после того, как я отделил себя от тела? Мои ощущения, чувства, желания, поступки? Остается моя сущность - центр самосознания. Это постоянный фактор во всегда меняющемся потоке моей личной жизни. Это то, что дает мне ощущение

бытия, постоянства, внутреннего равновесия. Я подтверждаю свою идентичность этому центру и осознаю его постоянство и энергию. (Пауза.)

Я признаю и подтверждаю то, что являюсь центром абсолютного самосознания и творческой динамической энергии. Я понимаю, что, находясь в центре подлинной тождественности, я могу наблюдать за всеми психологическими процессами и своим физическим телом, а также управлять ими и гармонизировать их. Я хочу, чтобы осознание этого факта никогда не покидало меня в суете повседневной жизни, помогало мне и придавало ей определенный смысл и направление.

После того как вы научились концентрировать внимание на состоянии сознания, можно несколько сократить этап отождествления. Главная задача - достижение определенного навыка, позволяющего быстро и динамично пройти все стадии разотождествления, а затем оставаться в состоянии сосредоточения на своем "Я" в течение какого-то периода времени, зависящего от вашего желания. Это даст возможность в любой момент отделить подлинное "Я" от переполняющих эмоций, навязчивой мысли, неустраивающей роли и т. д. и оценить ситуацию, ее значение и истоки, а также наиболее эффективные пути выхода из нее с позиции стороннего наблюдателя.

Наилучшие результаты приносят ежедневные занятия, которые желательно проводить в самом начале дня, то есть непосредственно после сна. Таким образом, выполнение упражнения можно рассматривать как символическое второе пробуждение. Важно также повторять его в редуцированной форме несколько раз в день, возвращаясь в состояние разотождествленного "Я".

Упражнение может быть видоизменено и приспособлено к нуждам и целям индивидуума путем добавления этапов разотождествления или включения каких-то других аспектов, кроме трех фундаментальных (физического, эмоционального и ментального). Оно может начинаться с разотождествления, целью которого является отделение себя от чувств и желаний, порождаемых стремлением к накоплению материальных ценностей, или от ролей, играемых нами в повседневной жизни.

Ознакомьтесь с приведенными ниже примерами: а) я испытываю какие-то желания, но я не есть мои желания. Они возникают как следствие внутренних побуждений эмоционального или физического характера или под воздействием других причин. Желания часто меняются, вступают в противоречие друг с другом, меняют свою полярность, сдвигаясь от любви в сторону неприятия или ненависти, и наоборот. Таким образом, мои желания - это не я. Я испытываю какие-то желания, но я не есть эти желания. (Лучше всего использовать данную модификацию упражнения между эмоциональным и ментальными этапами, описанными выше); б) я занимаюсь различными видами деятельности и играю в жизни самые разнообразные роли. Я должен играть их и стараюсь делать это наилучшим образом, будь это роль сына или отца, жены или мужа, учителя или студента, художника или администратора. Но я есть нечто большее, чем просто сын, отец, художник. Это только отдельные роли, которые я играю добровольно и за исполнением которых я могу наблюдать со стороны. Таким образом, я - это не мои роли. Я тождествен самому себе, я не только актер, но и режиссер спектакля.

Данное упражнение можно успешно и эффективно использовать при работе с группой. Проводящий занятия зачитывает все положения, а его участники слушают его с закрытыми глазами, стараясь как можно глубже осознать значимость слов.

Примечание. Широко используются еще два варианта фразы: "У меня есть _____, но я не есть". Они звучат следующим образом:

1. "У меня есть _____, а я не есть _____";
2. У меня есть _____, а я есть нечто большее, чем _____"

Самоотождествление

Данная методика была разработана в целях определения положения внутреннего “Я” относительно высшего. Божественного “Я”. В ее основе лежат определенные концепции, которые могут помочь в осуществлении контакта между этими “Я”. Однако они также могут и препятствовать ему. Здесь нет гарантий. Задача упражнения - сориентировать ваше сознание в нужном направлении и дать возможность почувствовать характер этого контакта. Испытываемые ощущения всегда строго индивидуальны и имеют некоторую мистическую окраску.

Наиболее положительный результат достигается при постоянной и длительной тренировке. Она способствует неуклонному усилению связи с “Я” и росту осознания своей тождественности беспредельности бытия.

1. В качестве подготовительного этапа используется упражнение № 4 (разотождествление), которое следует выполнять в течение ряда дней, выбрав любую, наиболее подходящую его форму.

2. Научившись достигать состояния стороннего наблюдателя, следящего за потоком ощущений в физическом теле, а также за эмоциями и мыслями, сфокусируйте на нем все свое внимание, то есть постарайтесь “пронаблюдать” сам процесс наблюдения и понять его суть.

3. Представьте себе какой-то период времени, например, один час. Постепенно увеличивайте его до одного дня, недели, месяца, десяти, сотни и тысячи лет и т. д. Выбор временного интервала и его последующее увеличение абсолютно произвольны. Теперь, когда вы удерживаете в сознании огромный промежуток времени, постарайтесь раздвинуть его до вечности. Зафиксируйте на возникшем ощущении и запомните его.

4. Затем представьте себе сферическое пространство диаметром около 30 см. Постепенно увеличивайте диаметр до метра, пятисот метров, километра, нескольких десятков и тысяч километров и т. д. Выбор пространства и его последующее увеличение также абсолютно произвольны. Пусть все идет так, как это складывается естественно в вашей голове. Теперь, когда вы удерживаете в сознании огромное пространство, раздвиньте его до бесконечности. Зафиксируйте на возникшем ощущении и запомните его.

5. Теперь попытайтесь удержать в вашем сознании одновременно два ощущения: вечности и бесконечности. Зафиксируйте внимание на чувстве, которое возникает при этом, и запомните его.

6. Сосредоточьтесь на дыхании, затем мыслях, чувствах, физическом теле. Делайте это до тех пор, пока не почувствуете, что полностью осознаете себя и свое привычное окружение. Затем попытайтесь быстро и на короткий срок вызвать ощущение того, что вечность и бесконечность где-то “здесь, рядом”, и понаблюдайте, что происходит при этом. Отдохните, прислушиваясь к ритму дыхания, после чего откройте глаза и подключитесь к окружающему вас миру через органы чувств.

Определенную Пользу может принести запись ваших впечатлений, образов инсайтов и ощущений, возникших в процессе тренировки. Время от времени просматривайте их в целях осуществления контроля за овладением методикой самоотождествления, которая не может не стать источником наслаждения. Пробуждение и развитие желаемых качеств

Цель настоящего упражнения - создание внешних и внутренних условий, которые бы способствовали развитию того или иного качества по желанию занимающегося. Оно предназначается для ежедневных занятий. Здесь мы будем говорить о воспитании спокойствия. Однако упражнение можно легко видоизменить и направить на формирование таких качеств, как мужество, терпеливость, сострадание, оптимизм и т. д. Очень важно, чтобы выбор качества и решение о необходимости его формирования обуславливались не категорией долженствования, а свободным волеизъявлением индивидуума, стремящегося сделать еще один шаг на пути своего развития.

Техника выполнения

1. Расслабьтесь и глубоко вдохните воздух несколько раз. Сосредоточьтесь на понятии “спокойствие”, постарайтесь постичь его смысл и ответить на следующие вопросы: каковы характер, значение и суть этого качества. Записывайте все инсайты, идеи или образы, появляющиеся в процессе занятий, в ваш психологический дневник.

2. Углубите степень сосредоточения и проследите, какие еще идеи и образы, связанные с понятием “спокойствие”, порождает ваше подсознание. Опишите наблюдения в дневнике.

3. Осознайте значение этого качества, его цель, возможности применения и ту важность, которую оно приобретает в нашем бурлящем современном мире. Превозносите это качество в мыслях, возжелайте его.

4. Попробуйте достичь спокойствия на физическом уровне. Расслабьте все мышцы, дышите медленно и ритмично. Придайте вашему лицу выражение спокойствия. Здесь может помочь визуализация себя, пребывающего в данном состоянии.

5. Пробудите в себе это чувство. Представьте себе, что вы находитесь на пустынном берегу, в храме, на поросшей зеленью поляне или в любом другом месте, где вы в прошлом пережили ощущение спокойствия. Повторите несколько раз слово “спокойствие”. Позвольте этому ощущению проникнуть в каждую клетку организма, постарайтесь идентифицировать себя с ним.

6. Воспроизведите мысленно те ситуации из вашей жизни, которые раздражали вас или лишали покоя. Возможно, это было пребывание в обществе враждебно настроенного человека, необходимость решить трудную проблему, обязанность быстро выполнить сразу несколько дел, столкновение с опасностью. Представьте себе, а главное, попытайтесь почувствовать, что на этот раз вы абсолютно спокойны (выполнение данного этапа может быть несколько отсрочено ввиду необходимости овладения предыдущими ступенями упражнения).

7. Примите твердое решение сохранять спокойствие в течение дня, быть его воплощением и источником.

8. Напишите слово “спокойствие” на табличке, используя шрифт и цвета, которые, по вашему мнению, наиболее отражают его смысл. Поставьте табличку на такое место, где вы сможете видеть ее каждый день и по возможности в тот момент, когда вам больше всего нужно быть спокойным, при каждом взгляде на нее попытайтесь вспомнить ощущение спокойствия и воспроизвести его.

Это упражнение по развитию желаемых качеств может стать основой достаточно обширной программы. Вы можете прибегнуть к помощи поэзии, музыки, драматического искусства, фотографии, танца, живописи, личных воспоминаний, то есть всего, что ассоциируется у вас со спокойствием. В подобном окружении вам будет легче пробудить и сформировать глубокое чувство спокойствия или любое другое качество. Вы можете использовать все, что находится вокруг вас, в целях достижения этого чувства путем творческого применения и синтеза самых различных форм.

В отдельных случаях наблюдается отрицательная реакция на упражнение. Другими словами, все попытки вызвать спокойствие, напротив, приводят к росту напряжения и беспокойства, обычно это является признаком существования когнитивных отрицательных эмоций, которые блокируют развитие желаемых качеств. Подобная ситуация чаще всего возникает на шестом этапе упражнения. Если отрицательная реакция выражена очень ярко, то лучше всего прервать занятия, разобраться в возникших эмоциях и снять их влияние путем прохождения через катарсис. После этого можно возобновить занятия, которые приобретают исключительное значение, поскольку формулируемое положительное качество занимает “вакантное место”, появившееся в результате устранения отрицательных эмоций.

Формирование идеальной модели

Творческое воображение - мощное средство развития личности. Оно может быть успешно использовано при разработке идеальной модели, концепции или образа личности, обеспечивая направление и возможности внешнего выражения в окружающем мире. Разработка идеальной модели означает создание реалистического и достижимого образа, который четко учитывает все то, что существует в нас, или позволяет проводить замену того, что ограничивает нас, придает нам некоторую односторонность и несовершенство. Эти внутренние осознанные или неосознанные аспекты нашей личности не только отличны по характеру, происхождению и энергетическому уровню, но часто взаимоисключают друг друга или находятся в состоянии конфликта. Цель настоящего метода - разработка идеальной модели "Я", реалистического видения того, чем может и хочет стать человек.

Для этого прежде всего необходимо выделить и разобраться во множестве аспектов, которые ограничивают наше восприятие того, чем мы можем стать. После выявления всех возможных конфликтов начинается процесс целенаправленного воплощения идеальной модели.

Идеальная модель не является этапом в достижении совершенства, полным психосинтезом. Это скорее еще один шаг, стадия на пути развития, цель которых заключается в укреплении или придании законченной формы какому-то плохо проявленному аспекту личности, в формировании желаемого качества или совокупности свойств, в выработке более эффективного направления деятельности и т. д. Таким образом, это реальная модель внутренней и внешней жизни, к которой мы стремимся и которую можем модифицировать и обогащать по мере изменения нашего "Я".

Приведенное ниже упражнение предназначено для индивидуального использования. Однако оно может быть легко видоизменено для работы с группой. Предложения по его применению в группах и в различных ситуациях будут даны в конце описания.

Подготовка

Возьмите психологический дневник или приготовьте бумагу (не менее 7 больших листов для рисунков), масляные краски, цветные карандаши или пастель. Пронумеруйте листы бумаги и в дальнейшем используйте их по порядку. Выберите место, где вас никто не потревожит на протяжении полутора часов.

Примечание. Важно довести упражнение до конца без перерыва и постороннего вмешательства.

Техника выполнения

Сядьте удобно, расслабьте мышцы, успокойтесь. Очистите голову от мыслей, но сохраняйте контроль за происходящим. Затем внимательно прочитайте следующие слова:

1. Каждый из нас как-то недооценивает себя. Каждый создает некий образ или модель самого себя, которая намного хуже того, чем он (она) является на самом деле. Иногда мы считаем, что это подлинная модель.

Теперь закройте глаза и сосредоточьтесь на прочитанном. Представьте себе этот образ. Попытайтесь увидеть его очень ярко. Обратите внимание на чувства, которые он в вас будит. Поизучайте образ, постарайтесь проникнуть в него как можно глубже. Откройте глаза.

Нарисуйте увиденное. Иногда это может быть образ человека, иногда символ или абстрактное сочетание цветов. Если вы ничего не увидели, начните рисовать и посмотрите, что из этого получится.

Закончив рисовать, запишите все мысли, имеющие отношение к образу. Проанализируйте ваши чувства, смысл, который вы увидели в рисунке, роль образа в повседневной жизни или любую другую релевантную информацию.

Сосредоточьтесь на себе, отбросив образ. Глубоко вдохните несколько раз. Расслабьтесь и успокойтесь. Очистите голову от мыслей, но сохраняйте контроль за происходящим. Затем внимательно прочитайте следующее утверждение и поработайте с ним по той же описанной выше схеме, Закончив рисунок и записав мысли, переходите к следующему утверждению и т. д., пока не дойдете до пункта 3 включительно.

2. Я также и несколько переоцениваю себя. Образ самого себя, который я рисую, лучше, чем я есть на самом деле.

3. Во мне тайно живет еще один великолепный образ того человека, каким бы я хотел быть. Обычно он преувеличен и недостижим на практике и, следовательно, стерилен,

4. Кроме того, существует образ того, каким бы я хотел выглядеть в глазах других людей. Он - полная противоположность тому, каким я предстаю перед ними на самом деле.

5. Во мне также живут образы, являющиеся отражением того, каким видят меня люди, что думают обо мне, т. е. образы-проекции. Некоторые из них мне нравятся, другие я отвергаю. (При работе над этим пунктом проанализируйте каждый образ и зарисуйте их рядом на одном листе.)

6. Наконец, существует еще один образ. Это образ того, каким меня хотели бы видеть другие люди, что они ждут от меня и как хотят изменить.

Разложите рисунки по порядку и внимательно рассмотрите каждый из них. Воссоздайте пережитые чувства в отношении каждого образа, назовите их.

Встаньте, закрыв глаза, и прочувствуйте все ограничения, которые несут в себе образы. Почувствуйте их вес и негативное влияние. Затем движением тела стряхните их с себя. Избавьтесь от их тяжести, сбросьте эти ложные, навязчивые образы усилием воли, прикажите им уйти. Прислушайтесь к себе, к тому, как вы себя чувствуете. Затем откройте глаза.

7. Сядьте, снова закройте глаза, сосредоточьтесь на себе, Подумайте о том, каким бы вы действительно хотели и реально могли стать на самом деле. Создайте этот образ внутри себя. Делайте это медленно и основательно. Изучите образ, постарайтесь узнать его как можно лучше. Представьте себя таким. Затем добавьте те черты и аспекты, которые вы считаете подходящими, и уберите все, что рассматривается вами как плохое или бесполезное. Откройте глаза и нарисуйте образ или его символ. Затем запишите все, что вы о нем думаете.

Следующий, и последний этап упражнения ставит своей целью “оживление” образа, оказание помощи в том, чтобы сделать его динамическим элементом в повседневной жизни. Ваша дальнейшая работа зависит от того, как вы воспринимаете сделанное ранее. Особенно это касается идеальной модели, описанной в пункте 7. Ее создание могло сопровождаться возникновением глубоких положительных эмоций, инсайтом или осознанием типа “да, это именно то, чем я хотел стать; удивляюсь, почему я не подумал об этом раньше”. Вы можете также испытывать внутреннюю убежденность, что идеальная модель - то, чего вам не хватало, что ее реализация - шаг вперед в вашем развитии. Это, безусловно, не означает, что она совершенна и полна. Вы всегда сможете изменить или подправить ее в дальнейшем.

Если созданный образ (модель) отвечает вашим требованиям, вы можете продолжить упражнение, доведя его до логического конца. Если вы устали, вы можете прерваться в данном месте и продолжить занятия позднее или на следующий день. Однако длительный перерыв обычно гасит возникшие положительные эмоции, которые могут понадобиться для придания модели жизненной силы.

Иногда при анализе модели может возникнуть ощущение, что хотя в целом она и хороша, но это не совсем то, что вам хотелось бы. Другими словами, вы считаете, что модель нуждается в дальнейшем совершенствовании или изменении. В подобном случае вы можете работать над ней на протяжении нескольких последующих дней в течение 15-30 мин., пока не достигнете желаемого результата. Наряду с этим существует еще один вариант: вы просто

продолжаете работу, не обращая внимания на недостатки модели. Однако при этом необходимо соблюдать некоторую осторожность, поскольку теперь вы как бы проводите эксперимент, в процессе которого совершенствуете модель на базе полученного опыта.

Возможно, у вас появится некоторое сомнение в том, насколько реально подходит вам модель и будет ли она шагом вперед, а не еще одним барьером. Почувствовав нечто подобное, возвратитесь к первым шести этапам и проанализируйте, не вмешивается ли в созданную идеальную модель что-то из того, с чем вы должны были расстаться в процессе работы над ними. Если это имеет место, постарайтесь отбросить все, что вам мешает. Затем сконцентрируйтесь на модели и задайте себе вопрос, на основании каких мотивов, оценок, целей, опыта и т. д. вы считаете ее идеальной. Этот момент может иметь очень важное значение при вашей полной удовлетворенности моделью. Все сказанное выше часто позволяет реально выявить причины тупика и подготовить здоровую почву для создания желаемого образа. Закончив пересмотр, вы можете еще раз отработать пункт 7.

8. Если вы довольны созданной идеальной моделью, закройте глаза и представьте себе, что вы и есть эта модель. Понаблюдайте за лицом, глазами, позой, поведением, другими особенностями, присущими модели. Затратьте на этот процесс столько времени, сколько потребуется для выполнения этой задачи. А теперь слейтесь с моделью, постарайтесь почувствовать, что значит быть ее носителем. Воссоздайте мысленно несколько повседневных ситуаций, в которых вы вели себя, демонстрируя качества реакции, характерные для модели.

Теперь откройте глаза, проанализируйте пережитое и запишите все в дневник. Перечитав написанное, решите для себя, есть ли еще что-нибудь, что вы хотели бы изменить в вашей модели.

Восьмой пункт упражнения является практическим руководством к действию, которое может быть применено всякий раз, когда возникает потребность вести себя соответственно созданной модели. Он приносит огромную пользу даже при однократном выполнении. Его частое повторение (ежедневно в течение какого-то промежутка времени) дает самый наилучший результат. Занятия предпочтительно проводить по утрам, проигрывая в воображении какие-то частные ситуации, которые могут возникнуть в течение дня. Упражнение следует заканчивать принятием твердого решения действовать в момент развития обдуманных ситуаций в реальной жизни в строгом соответствии с качествами и позицией, присущими идеальной модели.

Настало время сказать несколько слов о необходимости соблюдать осторожность. Существуют случаи, когда во время занятий в какой-то воображаемой ситуации вы хотите продемонстрировать положительное качество, но испытываемые вами ощущения абсолютно противоположны тому, что вы хотели получить. Например, картина публичного выступления, во время которого вы видите себя спокойным и уверенным, вдруг становится причиной беспокойства. Представляя, как терпимо и ровно вы относитесь к определенному человеку, можно испытать приступ гнева. Это свидетельствует о существовании на уровне подсознания сильного и глубокого чувства. Оно должно быть извлечено из недр подсознания, а все связанное с ним напряжение снято до начала дальнейшей работы по вживанию в идеальную модель.

Возможность проявления отрицательных свойств при работе над положительными качествами - яркое свидетельство того, что концентрация на положительном (при условии соблюдения правильного и взвешенного подхода) не ведет к подавлению отрицательного. Скорее, она помогает нам вступить с ним в контакт, постараться устранить его, используя для этого установку на положительное как следствие осознания того, что отрицательные свойства нашей личности - подлинное препятствие на пути ее дальнейшего развития.

Сочетание этого упражнения с вечерним обзором событий (упр. № 3), когда вы оцениваете свое поведение в течение дня с точки зрения идеальной модели, дает очень хорошие результаты.

Данное упражнение можно эффективно использовать при работе с группой. Что касается психологов, врачей или педагогов, проводящих занятия, то они должны сначала сами поработать с данным упражнением и лишь потом использовать его в практической деятельности. Это помогает приобрести опыт, необходимый для определения своевременности подключения клиента к работе и более глубокого понимания динамики происходящих процессов.

Было замечено, что на конечном этапе работы группу следует разбивать на небольшие подгруппы из 3-4 человек. Показ рисунков друг другу и обсуждение пережитого опыта способствуют формированию обратной связи.

Психосинтетическая автобиография

Цель написания автобиографии

Главная цель заключается в выявлении того, как повлияло и до сих пор влияет наше прошлое на настоящее. Это помогает выйти за рамки сложившегося под влиянием обстоятельств стереотипа поведения, который уже не отвечает вашим потребностям. Здесь первостепенное значение имеет простое перечисление событий ради них самих, а не “автобиография” внутренних процессов, изучение тех условий, ситуаций и людей, которые оказали влияние на нашу жизнь, а также путей нашего взаимодействия с ними. Для предоставления информации специалистам, которые будут работать с вашей автобиографией, необходимо кратко указать такие чисто формальные данные, как дата и место рождения, национальность, социально-экономический статус семьи, где вы воспитывались, число братьев и сестер, ваше место в семье, социальное окружение и естественные условия, в которых вы проживали. Попытайтесь указать влияние факторов на ваше развитие. Включая в автобиографию чисто внешние данные, укажите, какое воздействие, по вашему мнению, они оказали на вас как на личность.

Манера изложения

Обычно пути изложения автобиографии варьируют от человека к человеку. Некоторые люди используют хронологический подход, рассматривая год за годом. Другие начинают с тех событий, которые кажутся им наиболее заслуживающими внимания. Каждый из этих подходов может принести пользу и оказаться эффективным. Иногда наилучший результат приносит их сочетание, то есть сначала описание основных моментов в хронологическом порядке, а затем их рассмотрение в зависимости от желания. Хронологический перечень служит здесь в качестве справочного указателя, не дающего пропустить что-то главное. Желательно, чтобы запись велась в свободной и наиболее простой форме, даже если это повлечет за собой нарушение грамматических правил и повлияет на стиль. Самое важное — отразить поток мыслей, а не форму этого отражения. Запись должна как бы фиксировать “поток сознания”, где будут выделены какие-то главные моменты и темы, а не являться отражением попытки классифицировать данные по какой-то предопределенной схеме.

Попытайтесь описать свою жизнь честно и беспристрастно, не выбрасывая ничего, что, по вашему мнению, может представить вас в невыгодном свете. Необходимо отметить все, чего вы стыдитесь, а также указать ваши слабые места и болезненные точки. Попытка дать наиболее честное и объективное описание поможет вам вжиться в него и использовать его самым конструктивным образом.

Если вы вдруг обнаружите, что написанная автобиография очень объемна и запутана, то желательно поработать над ней еще какое-то время в целях создания более сокращенного и

упорядоченного варианта. Это позволит, во-первых, более отчетливо увидеть проблемы, во-вторых, иметь в распоряжении руководство, определяющее направление психосинтеза. Очень подробный вариант помогает излить накопившееся, выразить себя. Он больше подходит для личного пользования. Краткое изложение может стать основой для работы в контакте с другими людьми, а также упорядочивает мысли и конкретизирует их.

Описание этапов развития

Каким человеком вы были в различные периоды жизни? Изменились ли вы? Воспринимают ли вас окружающие таким, каким вы представляете себе? Какие маски вы носите в обществе? Меняетесь ли вы каким-то образом, если хотите понравиться окружающим или защитить себя от них?

Постарайтесь проиллюстрировать все положения с помощью рисунков.

Как вы разрешили психологическую проблему тождественности своему полу? Какие чувства вы испытывали в связи с тем, что вы женщина или мужчина, и изменились ли ваши взгляды на этот счет? Что вам нравится или не нравится в вашей половой принадлежности? Представьте себе, что вы лицо противоположного пола: каковы, по вашему мнению, преимущества и недостатки?

Опишите любое критическое состояние в развитии или поворотные моменты в вашей жизни, которые были обусловлены сдвигом в уровне сознания. Часто подобные события переживаются как “испытание” или “посвящение”. Они могут принимать форму кризиса, испытания на прочность,

К каким моделям вы возвращались в жизни несколько раз? Бывали ли случаи стереотипного конфликтного поведения, которое неоднократно повторялось в самых различных ситуациях? Извлекали ли вы какие-то уроки из вашего жизненного опыта?

Частные вопросы

Каково ваше самое раннее воспоминание (то, насколько оно реально или вымышленно, не имеет значения)? Опишите любой из детских снов, который вы видели несколько раз.

Укажите любое травматическое событие, например, болезнь, несчастный случай, смерть, разлуку, насилие, сексуальные проблемы и т. д. Как это повлияло на вас?

Модель и смысл жизни

Какую разновидность архетипической модели отражает описываемая вами жизнь? Напишите мифическое произведение или сказку, повествующую о вашей жизни. Нарисуйте иллюстрации главных персонажей, изображенных в архетипической форме. Какие названия или подписи вы бы хотели использовать в сочетании с рисунками? Принимаете ли вы ваш жизненный опыт или отвергаете его? Каковы, по вашему мнению, глубинный смысл и цель вашей жизни?

“Цветение розы”

С древнейших времен определенные цветы считались символом “Я”. Это касается как европейской, так и восточной традиций. В Китае это был золотой цветок, в Индии и Тибете — лотос, в Европе и Персии — роза. Примеры можно найти в произведениях французских трубадуров и у Данте. Роза в центре креста — символ ряда духовных учений.

Обычно “Я” отождествляется символически с уже раскрытым цветком. Хотя это и статичное изображение, его визуализация может оказать стимулирующее действие. Однако наиболее эффективным средством стимуляции процессов, протекающих в сверхсознании, является динамическая визуализация, когда из закрытого бутона рождается цветок во всем его великолепии. Этот динамический символ соответствует реальности, которая лежит в основе раскрытия человека и всех природных процессов. Это внутренняя энергия или жизненное

начало, работающее с непреодолимой силой изнутри и обеспечивающее непрерывный рост и эволюцию. Внутренняя жизненная сила — фактор, который в конечном итоге освобождает наше сознание от сковывающих его цепей и ведет к раскрытию нашего духовного центра, нашего “Я”.

Техника выполнения

1. Сядьте поудобней. Закройте глаза. Глубоко вдохните несколько раз и расслабьтесь.
2. Представьте себе розовый куст с цветами и бутонами. Обратите внимание на один из бутонов. Он еще полностью закрыт, лишь наверху можно увидеть розовую точку. Сосредоточьтесь на изображении, удерживая его в центре сознания.

3. Вообразите, что зеленая чашечка начинает раскрываться, обнажая пока еще закрытые лепестки цветка. Наконец, перед вашим мысленным взором должен предстать весь бутон, состоящий из розовых лепестков.

4. Лепестки начинают медленно раскрываться, расходясь в стороны. Это происходит до тех пор, пока перед вами не предстанет свежая, прекрасная роза во всем ее великолепии и полном цветении. Попробуйте уловить ее характерный запах, который не спутаешь ни с чем.

5. Теперь представьте, что на розу падает солнечный луч, освещая и согревая ее... В течение некоторого времени удерживайте это изображение.

6. Посмотрите в центр цветка. Там вы должны увидеть лицо мудрого существа, полного понимания и любви к вам.

7. Заговорите с ним о самом важном в вашей жизни в настоящий момент. Задавайте вопросы о том, что имеет для вас большое значение: о проблемах, направлении или выборе, который предстоит сделать. Потратьте на это нужное количество времени. (Если есть желание, то здесь можно сделать перерыв и записать все, что имело место, давая оценку вашим инсайтам.)

8. Теперь отождествите себя с розой. Вообразите, что вы стали розой или вобрали цветок внутри себя. Удостоверьтесь, что роза вместе с мудрым существом находится внутри вас, что вы можете легко вступить в контакт с ними, использовать присущие им качества. В символическом смысле вы и есть эта роза, это мудрое существо. Та же самая сила, которая оживотворяет вселенную и создает розу, способна пробудить в вас ваше внутреннее “Я” и проявить все, что оно излучает.

9. Представьте, что вы стали розовым кустом. Ваши корни пронизывают землю, от которой поступают питательные вещества. Ваши листья и цветы растут, тянутся вверх, питаются энергией солнечного света и согреваются ею.

10. Вообразите, что вы—другие розовые кусты, растения и деревья. Вы — все, что существует за счет этой жизненной энергии и составляет часть планеты, великого целого. Попробуйте удержать это ощущение в течение какого-то периода времени. Затем откройте глаза.

11. У вас может возникнуть желание записать все, обращая особое внимание на диалог с мудрецом. Можно также зафиксировать информацию, касающуюся любых других инсайтов.

Высшее “Я”

Духовное “Я” — онтологическая реальность, существо, обладающее собственным уровнем и составляющее Центр Жизни, из которого оно излучает свою энергию. Личное “я”, осознанное “я” — это отражение или проекция высшего “Я” на обычный, присущий человеку уровень.

Здесь в целях облегчения восприятия можно привести аналогию, хотя не следует забывать, что, подобно всем другим сравнениям, она будет приблизительной и неполной. Взаимосвязь между духовным “Я” и личным “я” может быть выражена как взаимосвязь между Солнцем и планетой, например Землей. Солнце—источник мощных излучений, которые

оказывают влияние на планету и живущих на ней людей, создавая условия, необходимые для эволюции, развития и роста. Точно так же высшее “Я” порождает искру, крошечный центр самосознания. Это маленькое “я” ширится, приобретает ум и волю под влиянием окружающей среды, то есть почвы, где оно произрастает, и одновременно животворящих нисходящих потоков энергии, излучаемых высшим “Я”. Можно сказать, что высшее “Я” воспринимает информацию через “я”, которое живет и действует на личностном уровне (физическом—эмоциональном—ментальном).

Личное “я” в свою очередь познает высшее “Я” тремя путями:

1. Сознательным раскрытием и восприятием излучения, исходящего от этого высшего “Я”.
2. Духовным ростом, контактом и частичным слиянием с высшим “Я”.
3. Путем жизни в полной гармонии с опытом человечества и энергией, излучаемой высшим “Я”.

Познание высшего “Я” вполне достижимо. По свидетельству многих, кому это удалось, высшее “Я” может ощущаться как подлинная реальность и в большей степени как живое существо. Оно имеет определенные функции, однако само по себе не является ни одной из них. Это сама суть, сама жизнь.

Четкое и полное познание высшего “Я” сначала вызывает настолько сильное чувство самоотжествления, что оно воспринимается как нечто истинное, устойчивое, неизменное и нерушимое. Это такая совершенная реальность, что все другое на ее фоне предстает как преходящее, изменчивое, маловажное и малоценное. В дальнейшем высшее “Я” воспринимается как организующий фактор, превращающий в некий сплав все лучшее, что заключено в человеке. Вся наша жизнь становится подверженной его влиянию и определяется им.

К отдельным качествам высшего “Я” относятся бескорыстие поступков и свободная воля, творческий импульс, мудрость, беспредельная любовь, правдивость, концентрация силы в покое, которая может мгновенно проявить себя при желании.

Реализация высшего “Я” сопровождается ощущением присутствия внутреннего руководителя, силы, целеустремленности, смирения, ответственности, сострадания, радости и др.

1.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков

Основными функциями процедуры оценивания являются: ориентация образовательного процесса на достижение планируемых результатов освоения основной образовательной программы высшего образования и обеспечение эффективной обратной связи, позволяющей осуществлять управление образовательным процессом.

При проведении аттестации студентов важно помнить, что систематичность, объективность, аргументированность – главные принципы, на которых основаны контроль и оценка знаний, умений, навыков студентов. Проверка, контроль и оценка знаний, умений, навыков студента, требуют учета его индивидуального стиля в осуществлении учебной деятельности. Знание критериев оценки знаний обязательно для преподавателя и студента.

Критерии, формы и процедуры оценивания должны быть одинаково понятны всем обучающимся. Студенты должны быть заранее информированы о том, какие их образовательные результаты будут оцениваться, и в какой форме будет проходить оценивание. Оценивание должно быть своевременным. Оценивание должно быть эффективным.

Процедура оценки включает: использование персонифицированных процедур аттестации обучающихся и неперсонифицированных процедур оценки состояния и тенденций развития системы образования;

Система оценки результатов и качества образования включает в себя следующие оценочные процедуры: оценку стартовых возможностей обучающегося (входных знаний для изучения дисциплины); оценку индивидуального прогресса обучающегося в ходе непосредственного образовательного процесса (изучения дисциплины); оценку промежуточных результатов обучения по дисциплине.

Для того чтобы процедура оценивания стимулировала достижение образовательного результата (приобретение компетенции), преподаватель должен:

– определять цели обучения, образовательные результаты темы, раздела, курса и формулировать их языком, понятным обучающимся;

– разъяснять обучающимся цели обучения и способы проверки результатов достижения указанных целей;

– подбирать или создавать задания для проверки достижения сформулированных образовательных результатов;

– регулярно комментировать результаты обучающихся, давать советы с целью их улучшения;

– менять техники и технологии обучения в зависимости от достигнутых обучающимися образовательных результатов;

– учить обучающихся принципам самооценки и способам улучшения собственных результатов;

– предоставлять обучающимся возможности улучшить свои результаты до выставления окончательной отметки;

– осознавать, что оценивание посредством отметки резко снижает мотивацию и самооценку обучающихся.

– разделять ответственность за результаты обучения со студентом.

Процедуры оценки по дисциплине «Основы психодрамы» включают: ролевые игры, разработку диагностических и консультационных документов, написание тестов, разработку презентаций, подготовку рефератов, мониторинг сформированности основных знаний, умений, навыков.

Таблица контроля формирования знаний, умений, навыков

<i>Формы контроля</i>	<i>Элементы контроля</i>
Фронтальный опрос	Знания
Самоконтроль	Знания
Взаимоконтроль	Знания
Решение задач	Знания, умения, навыки
Самостоятельная работа	Знания, умения
Презентации	Знания, умения
Практическая работа	Знания, умения, навыки
Реферат, доклад, обзор психологических теорий	Знания, умения, навыки
Ролевые деловые игры, дискуссии	Знания, умения, навыки
Тест	Знания, умения, навыки

Составление диагностических и консультационных документов	Знания, умения, навыки
Лабораторная работа	Знания, умения, навыки
Контрольное задание	Знания, умения, навыки
Дифференцированный зачет	Знания, умения, навыки

Процедура оценивания качества предметных результатов студентов по дисциплине:

- Включенное наблюдение и фиксация его результатов,
- Тестирование и фиксация его результатов,
- Контрольное задание и фиксация его результатов,
- Устный опрос и фиксация его результатов,
- Самостоятельная работа и фиксация ее результатов,
- Беседа и фиксация ее результатов,
- Дискуссия (например, в учебном форуме) и фиксация ее результатов,
- Зачет и фиксация его результатов,
- Защита реферата и фиксация результатов,
- Письменная работа и фиксация ее результатов,
- Презентация (электронные и бумажные продукты) и фиксация ее результатов,
- Написание отзывов, рецензий и фиксация их результатов,
- Тестирование и фиксация его результатов

Алгоритм процедуры оценивания преподавателем:

- полнота и конкретность ответа;
- последовательность и логика изложения;
- связь теоретических положений с практикой;
- обоснованность и доказательность излагаемых положений;
- наличие качественных и количественных показателей;
- наличие иллюстраций к ответам в виде примеров и пр.;
- уровень культуры речи;
- использование наглядных пособий и т. п.
- качество подготовки;
- степень усвоения знаний;
- активность;
- положительные стороны в работе студентов;
- ценные и конструктивные предложения;
- недостатки в работе студентов;
- задачи и пути устранения недостатков.

Алгоритм процедуры самооценки студента:

- какова цель и что нужно было получить в результате?
- удалось получить результат? Найдено решение, ответ?
- справился полностью правильно или с ошибкой? Какой, в чём?
- справился полностью самостоятельно или с помощью (кто помогал, в чём)?

Этапы процедуры оценивания:

Что оценивается. Оценивается любое успешное, действие, оценкой фиксируется только решение полноценной задачи.

Как оценивать. За каждую учебную задачу или группу заданий — задач, показывающих овладение отдельным знанием, умением, навыком — ставится отдельная отметка.

Параметры оценивания. Оценка знаний, умений, навыков студента определяется по шкале оценивания, определённой в настоящей учебной программе.

Фиксация результатов. Формы представления образовательных результатов:

- ведомости успеваемости по предметам;
- тексты контрольных работ, тестов и проч., и анализ их выполнения обучающимся;
- журнал;
- индивидуальный учебный план (при наличии);
- зачетная книжка.

При оценивании знаний, умений и навыков студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;
- умение грамотно анализировать психологические факты;
- умение самостоятельно анализировать и диагностировать психологические ситуации;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач.

Форма контроля – реферат, доклад. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения и анализа из всей найденной информации основных аспектов, раскрывающих суть темы реферата;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;

Контрольные работы. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Оценка знаний, умений и навыков (компетенций) *при интерактивных формах занятий*. Знания оцениваются по четырехбалльной системе: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

При оценивании знаний, умений, навыков студентов учитываются следующие критерии:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.
- умение оперировать психологическими понятиями и категориями;
- умение грамотно анализировать психологические факты;
- умение самостоятельно диагностировать и правильно анализировать психологические ситуации.

Критерии оценки и шкала оценивания знаний, умений, навыков:

5 БАЛЛОВ (отлично):

- систематизированные, полные знания по всем вопросам;
- свободное владение психологической терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;
- четкое представление о сущности, характере и взаимосвязях психологических понятий и психически значимых явлений;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;
- умение использовать научные достижения психологических и других связанных с ними дисциплин;
- ориентирование в специальной литературе.
- знание основных проблем базовых психологических дисциплин.

4 БАЛЛА (хорошо):

- в основном полные знания по всем вопросам;
- владение психологической терминологией, стилистически грамотное, логически правильное изложение ответов на вопросы;
- четкое представление о сущности и взаимосвязях психологически значимых явлений;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами;

3 БАЛЛА (удовлетворительно):

- фрагментарные знания при ответе;
- владение психологической терминологией;
- неполное представление о сущности и взаимосвязях психологически значимых явлений и процессов;
- умение обосновать излагаемый материал практическими примерами.

2 БАЛЛА (неудовлетворительно):

- отсутствие знаний и компетенций;
- отсутствие представления о сущности, характере и взаимосвязях психологически значимых явлений;
- неумение оперировать психологической терминологией.