

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ КАДРОВ»
(АНО ДПО «ЦАППК»)**

ИНН/КПП 7813664723/781301001, ОГРН 1227800096226,
Юридический адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, вн.тер.г. Муниципальный округ Аптекарский
остров, ул. Ординарная, д. 21, литера А, пом. 6-Н, 7-Н, оф. 4А, раб. место № 4

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

«Схема-терапия в практике психолога»

Общая трудоемкость
180 академических часов

Форма обучения
Заочная

Санкт-Петербург

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н.

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи в рамках имеющейся квалификации.

Обучающийся совершенствует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология:

Код	Наименование компетенции
ОПК-4	Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Оказание консультационной психологической помощи населению	Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению	A/03.6	Реализация программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи

Обучающийся совершенствует и (или) получает следующие профессиональные компетенции в соответствии с профессиональным стандартом «Психолог-консультант»:

ПК 1.1 Способность к проведению мероприятий по оказанию населению консультационной психологической помощи.

Планируемые результаты обучения по программе:

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям): 1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование; 2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.		
Практический опыт	Умения	Знания

ПК 1.1 Способность к проведению мероприятий по оказанию населению консультационной психологической помощи		
1.Реализация программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи 2.Поддержание контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе психологического консультирования 3.Поддержание мотивации к достижению целей психологического консультирования у гражданина, обратившегося за консультационной психологической помощью 4.Обработка информации, полученной в процессе проведения мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи 5.Завершение программ мероприятий по оказанию гражданам консультационной психологической помощи	<ul style="list-style-type: none"> • анализировать принципы схема-терапии; • проводить терапевтические сессии с позиции схема-терапии 	<ul style="list-style-type: none"> • сущность концепции схема-терапии • порядок проведения схема-терапии

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 180 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№ пп	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, 3)
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	

I Модуль. Основы схема-терапии								
1	Введение в схема-терапию	19	7	2	10	3		
2	Концепция схема-режимов	12	10	2				
3	Модели режимов при различных расстройствах личности	27	25	2				
II Модуль. Проведение схема-терапии								
4	Объяснение концепции схема-режимов пациенту	29	3	2	24	3		
5	Планирование терапии. Цели и задачи терапии на основе модели режимов	9	7	2				
6	Терапевтические и поведенческие техники	8	6	2				
7	Терапевтические отношения	5	3	2				
8	Схема-терапия в работе с режимами уязвимого ребенка	17	15	2				
9	Работа с режимами рассерженного и импульсивного ребенка	17	15	2				
10	Схема-терапия в работе с дисфункциональными родительскими режимами	22	20	2				
11	Режим «здоровый взрослый» и его укрепление	5	3	2				
Итоговая аттестация		10					Итоговое тестирование	

ИТОГО	180
--------------	------------

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели
1	I Модуль. Основы схема-терапии	58	1-3
2	II Модуль. Проведение схема-терапии	112	4-9
	Итоговая аттестация	10	9

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
I Модуль. Основы схема-терапии		
Тема 1. Введение в схема-терапию	Лекция/ 7 часов	Введение в схема-терапию. Основные понятия и сущность схема-терапии
	Тестирование /2 часа	
Тема 2. Концепция схема-режимов	Лекция/10 часов	Концепция схема-режимов. Дисфункциональные режимы копинга
	Тестирование /2 часа	
Тема 3. Модели режимов при различных расстройствах личности	Лекция/25 часов	Модели режимов при различных расстройствах личности. Схемы, относящиеся к категории нарушения личностной автономии и непризнания достижений. Схемы, относящиеся к категории сверхбдительности и подавления. Истерическое расстройство личности
	Тестирование /2 часа	
	Практическое занятие /10 часов	Дайте развернутый ответ на вопрос: 1. В чем состоит сущность метода схема-терапии? 2. Проанализируйте какую-либо известную личность, либо персонажа произведения по методу схема-терапии.
II Модуль. Проведение схема-терапии		
Тема 4. Объяснение концепции схема-режимов пациенту	Лекция/3 часа	Объяснение концепции схема-режимов пациенту. Обсуждение с пациентом режима терапии. Обратная связь
	Тестирование /2 часа	
Тема 5. Планирование терапии. Цели и задачи терапии на основе модели режимов	Лекция/7 часов	Планирование терапии. Цели и задачи терапии на основе модели режимов. Схема анализа сессии
	Тестирование /2 часа	
Тема 6. Терапевтические и поведенческие техники	Лекция/6 часов	Терапевтические и поведенческие техники. Этапы схема-терапии. Рекриптинг
	Тестирование /2 часа	

Тема 7. Терапевтические отношения	Лекция/3 часа	Терапевтические отношения. Способы межличностного взаимодействия
	Тестирование /2 часа	
Тема 8. Схема-терапия в работе с режимами уязвимого ребенка	Лекция/15 часов	Работа с режимами уязвимого ребенка. Границы терапевтических отношений. Рескриптинг (переписывание в воображении)
	Тестирование /2 часа	
Тема 9. Работа с режимами рассерженного и импульсивного ребенка	Лекция/15 часов	Работа с режимами рассерженного и импульсивного ребенка. Применение техник в работе с режимом рассерженного и импульсивного ребенка
	Тестирование /2 часа	
Тема 10. Схема-терапия в работе с дисфункциональными родительскими режимами	Лекция/20 часов	Дисфункциональные детско-родительские отношения. Работа с дисфункциональными родительскими режимами. Техники схема-терапии в работе с дисфункциональными родительскими режимами
	Тестирование /2 часа	
Тема 11. Режим «здоровый взрослый» и его укрепление	Лекция/3 часа	Режим «здоровый взрослый» и его укрепление. Техника «Рескриптинг» (переписывание в воображении)
	Тестирование /2 часа	
	Практическое занятие /24 часа	Выполните задания: 1. Дайте личностную характеристику человеку с установленным режимом «Здоровый взрослый». 2. Глобальной целью СТ является развитие и укрепление у человека режима Здорового Взрослого, чтобы он мог здоровым образом удовлетворить потребности, лежащие в основе Дисфункциональных режимов. Предлагаю Вам собрать информацию о своем режиме Здорового Взрослого и рассмотреть способы доступа к этому режиму. Для этого выполните упражнение «Мой режим Здорового Взрослого».
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /10 часов	

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему

частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;

- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

3.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. В каком году американский психолог Джеффри Янг разработал терапевтическую модель, которую назвал схема-терапией?

Выберите один ответ:

1. В 1980
2. В 1990
3. В 1995

2. Как называется режим, в котором человек чувствует себя в каком-то смысле дефектным, выброшенным, нелюбимым, одиноким, или может находиться в умонастроении «я против мира»?

Выберите один ответ:

1. Сердитый ребенок
2. Отстранённый защитник
3. Уязвимый ребенок
4. Импульсивный ребенок

3. Как проявляется ПРЛ?

Выберите один ответ:

1. Проявляется в низком самоконтроле
2. Проявляется в утрате социального опыта (самоизоляция)
3. Человек сокращает свою общественную деятельность
4. Верны все варианты

4. Какие три типа дисфункциональных схема-режимов выделяют в схема-терапии?

Выберите один или несколько ответов:

1. Дисфункциональные детские режимы
2. Дисфункциональные родительские режимы
3. Дисфункциональные детско-родительские режимы
4. Режимы копинга

5. На основе какого подхода создана схема терапия?

Выберите один ответ:

1. Гештальт-терапия
2. Когнитивно-поведенческая терапия
3. Психодрама

6. В каких случаях терапевту следует устанавливать границы с пациентом в работе режимами рассерженного/яростного ребенка?

Выберите один или несколько ответов:

1. Выражение гнева не помогает пациенту успокоиться
2. Пациент не проявляет заинтересованность в работе с терапевтом
3. Пациент ведет себя агрессивно и угрожает терапевту

7. Закончите фразу: «Относительно копинговых режимов мнения терапевта и пациента _____»

Выберите один ответ:

1. должны полностью совпадать
2. должны очень сильно отличаться
3. могут очень сильно отличаться

8. Какую форму о полученных результатах заполняет терапевт по окончании этапа диагностики?

Выберите один ответ:

1. Протокол наблюдения
2. Заключение психологического обследования
3. Форму схема-ориентированной концептуализации случая

9. Каков недостающий элемент в схеме?

Выберите один ответ:

1. Режим карающего родителя
2. Режим требовательного родителя
3. Режим здорового взрослого

10. Что является основной целью терапии в отношении режима уязвимого ребенка?

Выберите один ответ:

1. Обучение самодисциплине и устойчивости к фрустрациям
2. Помощь пациентам лучше заботиться о собственных потребностях и уметь фокусироваться на них
3. Обучение пациента более гибким и адекватным способам реагирования в ситуациях, связанных со стрессом

Примеры заданий для практической работы

1. Дайте развернутый ответ на вопрос:

1. В чем состоит сущность метода схема-терапии?
2. Проанализируйте какую-либо известную личность, либо персонажа произведения по методу схема-терапии.

2. Выполните задания:

1. Дайте личностную характеристику человеку с установленным режимом «Здоровый взрослый».

2. Глобальной целью СТ является развитие и укрепление у человека режима Здорового Взрослого, чтобы он мог здоровым образом удовлетворить потребности, лежащие в основе Дисфункциональных режимов. Предлагаю Вам собрать информацию о своем режиме Здорового Взрослого и рассмотреть способы доступа к этому режиму. Для этого выполните упражнение «Мой режим Здорового Взрослого».

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы

- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список литературы и информационных источников

1. Астапов, В. М. Коррекционная педагогика с основами нейро- и патопсихологии: учебное пособие / В. М. Астапов. – Москва: ПЕР СЭ, 2006. – 176 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233327> (дата обращения: 28.05.2025). – ISBN 5-98549-017-3. – Текст: электронный.
2. Варга, А. Я. Введение в системную семейную психотерапию / А. Я. Варга. – Москва: Когито-Центр, 2009. – 181 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56485> (дата обращения: 28.05.2025). – ISBN 978-5-89353-269-2. – Текст: электронный.
3. Кучина, Т. И. Детско-родительские отношения и психологическое благополучие подростков / Т. И. Кучина, Т. С. Мороз. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2022. – 108 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=602418> (дата обращения: 28.05.2025). – Библиогр.: с. 93-100. – ISBN 978-5-4499-0756-1. – Текст: электронный.
4. Морозова, И. С. Психология семейных отношений: учебное пособие / И. С. Морозова, К. Н. Белогай, Ю. В. Борисенко. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. – 424 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232383> (дата обращения: 28.05.2025). – ISBN 978-5-8353-1026-5. – Текст: электронный.
5. Соловьева, Е. А. Психология семьи и семейное воспитание: учебное пособие: [16+] / Е. А. Соловьева; Тюменский индустриальный университет. – Тюмень: Тюменский государственный университет, 2014. – 255 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574029> (дата обращения: 28.05.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-400-01010-1. – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений