

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2026 15:15:50
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b76404e756c14c68896094e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Институт психотерапии и клинической психологии»

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОСНОВЫ ТЕРАПИИ ПРИНЯТИЯ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Телесно-ориентированная психотерапия
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
ПК-1 Способен организовывать и проводить теоретические и эмпирические исследования факторов психологического благополучия, адаптации и психического здоровья личности в норме и при патологии	ПК-1.1 Анализирует теоретические основы, критерии и детерминанты психологического благополучия, механизмы адаптации и показатели психического здоровья личности в норме и при различных видах патологии (соматической, психической, возрастной или системной)	знает теоретические основы терапии принятия и ответственности	умеет под руководством наставника проводить первичную концептуализацию случая через базовые инструменты	владеет начальными навыками и базовым опытом использования интервенций терапии принятия и ответственности для вовлечения клиента в ценностно-ориентированные действия
	ПК-1.2 Организует и проводит комплексные исследования психологических феноменов с последующей интерпретацией результатов для оценки функционального состояния личности и обоснования стратегий психологического вмешательства			

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
ПК-1 Способен организовывать и проводить теоретические и эмпирические исследования факторов психологического благополучия, адаптации и психического здоровья личности в норме и при патологии		
Введение в терапию принятия и ответственности: теоретические основы, базовые принципы и понятия	Устный опрос	знает теоретические основы терапии принятия и ответственности
Концептуализация случая в терапии принятия и ответственности, основные интервенции, техники и метафоры в терапевтическом процессе	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить первичную концептуализацию случая через базовые инструменты
Терапия принятия и ответственности в работе с эмоциональными расстройствами		
Терапии принятия и ответственности в работе с различной		

проблематикой (горе и утрата, хроническая боль, ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство) и КПТСР (комплексное посттравматическое стрессовое расстройство), зависимости и др.)	Практическое задание №2	владеет начальными навыками и базовым опытом использования интервенций терапии принятия и ответственности для вовлечения клиента в ценностно-ориентированные действия
--	--------------------------------	--

2.2. Типовые оценочные материалы текущего контроля

Оценочное средство	Типовое задание / содержание
Устный опрос	Преподаватель объявляет первый вопрос. Студент обдумывает ответ и отвечает на вопрос преподавателя. Преподаватель может задать уточняющие вопросы, попросить привести примеры или объяснить свою точку зрения. Если студент затрудняется ответить на какой-либо вопрос, преподаватель может дать подсказку или направить студента к правильному ответу. По итогам опроса преподаватель дает обратную связь, учитывая полноту и точность ответов, а также способность студента рассуждать и анализировать информацию. В конце опроса преподаватель может подвести итоги, выделить наиболее важные моменты и дать рекомендации по улучшению знаний и навыков.
Практическое задание №1	Сессия с клиентом. Работа в тройках «клиент-терапевт-супервизор». Проведите сессию с клиентом (40 минут в каждую сторону), составляя в ходе сессии концептуализацию по Гексафлекс. Представьте концептуализацию коллегам.
Практическое задание №2	«Экспозиция в терапии принятия и ответственности». Работа в мини-группах (4-5 человек). Преподаватель раздает карточки с клиентскими кейсами, участники проводят мозговой штурм для разработки стратегии и этапов экспозиции.

Типовые вопросы по компетенции ПК-1:

1. Какие теоретические концепции лежат в основе терапии принятия и ответственности?
2. Опишите процесс исследования ценностей клиента в терапии принятия и ответственности.
3. Как терапия принятия и ответственности может помочь в работе с клиентами, пережившими травму?
4. Как терапевт может обеспечить безопасность и доверие в процессе терапии принятия и ответственности?
5. Каковы особенности применения терапии принятия и ответственности в работе с детьми и подростками?

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **зачет**

3.2. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

3.2.1. Типовые тестовые задания

№ п/п	Типовое тестовое задание
ПК-1 Способен организовывать и проводить теоретические и эмпирические исследования факторов психологического благополучия, адаптации и психического здоровья личности в норме и при патологии	
1	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Что является ключевой идеей функционального контекстуализма в терапии принятия и ответственности? А) Поведение оценивается по его функции в конкретном контексте Б) Фокус на содержании автоматических мыслей как главной цели терапии В) Терапевт преимущественно дает директивные инструкции Г) Основная задача терапии – быстрый симптоматический эффект Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Что является основной целью использования Матрицы в концептуализации случая в терапии принятия и ответственности? А) Показать факторы риска для развития психопатологии Б) Визуализировать связи между поведением, внутренними переживаниями и ценностями для определения точки выбора В) Оценить уровень симптомов для постановки диагноза Г) Обучить техникам релаксации Ответ:

3	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>один</i> правильный ответ Что является основной терапевтической мишенью терапии принятия и ответственности при тревожных и депрессивных расстройствах? А) Работа над увеличением приверженных действий в направлении ценностей и снижением избегающего поведения Б) Изменение содержания негативных мыслей методом логической опровержки В) Обучение только техникам релаксации для снижения симптомов Г) Поиск и исправление автоматических ошибок мышления Ответ:
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>все</i> правильные ответы Какие из перечисленных относятся к шести главным процессам модели психологической гибкости в терапии принятия и ответственности? А) Принятие Б) Когнитивная реструктуризация В) Когнитивное разделение (диффузия) Г) Селф-как-контекст Д) Присутствие «здесь и сейчас» Е) Выбор ценностей Ж) Действия, приверженные ценностям З) Переобучение симптомов Ответ:
5	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>все</i> правильные ответы Какие из перечисленных процессов входят в модель психологической гибкости (гексафлекс)? А) Принятие Б) Когнитивная реструктуризация В) Когнитивная диффузия Г) Селф-как-контекст Д) Присутствие в настоящем моменте (майндфулнесс) Е) Выявление автоматических ошибок мышления Ж) Выбор ценностей З) Приверженные действия Ответ:
6	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>все</i> правильные ответы Какие процессы модели гибкости относятся к основным при работе с ПТСР, хронической болью и зависимостью?

- А) Принятие
 Б) Классическая когнитивная реструктуризация содержания мыслей
 В) Когнитивная диффузия
 Г) Присутствие в настоящем моменте
 Д) Выбор ценностей
 Е) Приверженные действия

Ответ:

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите понятия с их вкладом или ролью в терапии принятия и ответственности.

Понятие		Роль	
1	Теория реляционных фреймов	А	Объясняет влияние языка и отношений между стимулами на формирование психологических реакций
2	Функциональный контекстуализм	Б	Ориентирует на функцию поведения в конкретном жизненном контексте
3	Поведенческий анализ	В	Дает методы для анализа условий и последствий поведения в реальных ситуациях
4	Трансдиагностическая модель психологической гибкости	Г	Предоставляет единый механизм для работы с разными клиническими проявлениями через гибкость

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите понятия с их ролью в терапии принятия и ответственности.

Понятие		Роль	
1	Теория реляционных фреймов	А	Момент, в котором клиент решает действовать в сторону ценностей вместо автоматической реакции

	2	Функциональный контекстуализм	Б	Рамка, объясняющая, как язык и отношения между стимулами формируют психологические реакции							
	3	Точка выбора	В	Подход, оценивающий поведение по его функции в конкретном контексте							
	4	Креативная безнадежность	Г	Процесс, помогающий клиенту признать неэффективность прежних попыток контроля как стимул к новым стратегиям							
	<i>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</i> <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				1	2	3	4			
1	2	3	4								

9	<i>Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие</i> Соотнесите понятия с их ролью или описанием в терапии принятия и ответственности. <table><tr><th colspan="2">Понятие</th><th colspan="2">Описание</th></tr><tr><td>1</td><td>Трансдиагностическая модель терапии принятия и ответственности</td><td>А</td><td>Фокус на функциональных закономерностях страдания и общих механизмах (например, экспериментальном избегании) независимо от диагноза</td></tr><tr><td>2</td><td>Работа с травматическим опытом в терапии принятия и ответственности</td><td>Б</td><td>Применение принятия, диффузии и постепенной контактной работы с воспоминаниями при сохранении безопасности клиента</td></tr><tr><td>3</td><td>Клиент-терапевтические отношения в сложных случаях</td><td>В</td><td>Эмпатическое присутствие, согласование темпа, совместная концептуализация и поддержка прагматичных шагов</td></tr><tr><td>4</td><td>Типичные ошибки при внедрении терапии принятия и ответственности</td><td>Г</td><td>Чрезмерное сосредоточение на изменении содержания мыслей или пропуск обучения базовым процессам модели</td></tr></table> <i>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</i> <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td><td>4</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				Понятие		Описание		1	Трансдиагностическая модель терапии принятия и ответственности	А	Фокус на функциональных закономерностях страдания и общих механизмах (например, экспериментальном избегании) независимо от диагноза	2	Работа с травматическим опытом в терапии принятия и ответственности	Б	Применение принятия, диффузии и постепенной контактной работы с воспоминаниями при сохранении безопасности клиента	3	Клиент-терапевтические отношения в сложных случаях	В	Эмпатическое присутствие, согласование темпа, совместная концептуализация и поддержка прагматичных шагов	4	Типичные ошибки при внедрении терапии принятия и ответственности	Г	Чрезмерное сосредоточение на изменении содержания мыслей или пропуск обучения базовым процессам модели	1	2	3	4				
	Понятие		Описание																													
	1	Трансдиагностическая модель терапии принятия и ответственности	А	Фокус на функциональных закономерностях страдания и общих механизмах (например, экспериментальном избегании) независимо от диагноза																												
	2	Работа с травматическим опытом в терапии принятия и ответственности	Б	Применение принятия, диффузии и постепенной контактной работы с воспоминаниями при сохранении безопасности клиента																												
3	Клиент-терапевтические отношения в сложных случаях	В	Эмпатическое присутствие, согласование темпа, совместная концептуализация и поддержка прагматичных шагов																													
4	Типичные ошибки при внедрении терапии принятия и ответственности	Г	Чрезмерное сосредоточение на изменении содержания мыслей или пропуск обучения базовым процессам модели																													
1	2	3	4																													

10	<i>Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность</i>			
----	--	--	--	--

	Упорядочьте основные этапы краткой сессии терапии принятия и ответственности при работе со сложным травматическим опытом (от первого к последнему). 1. Оценка безопасности, стабилизация и согласование рамок 2. Прояснение жизненных ценностей как направления терапии 3. Обучение приемам принятия и диффузии для регуляции переживаний 4. Контакт с травматическими воспоминаниями в принятии (экспозиция в рамках принятия) 5. Планирование маленьких приверженных шагов и домашнее задание <i>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</i> <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>					
11	<i>Инструкция:</i> прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Терапия принятия и ответственности стремится повысить психологическую гибкость через работу с принятием, диффузией мыслей и действием в соответствии с ценностями. <i>Ответ:</i> <i>Обоснование:</i>					
12	<i>Инструкция:</i> прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Метафоры в терапии принятия и ответственности используются для изменения отношения клиента к его мыслям и чувствам, а не для прямого изменения содержания мыслей. <i>Ответ:</i> <i>Обоснование:</i>					
13	<i>Инструкция:</i> прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Цель экспозиции в терапии принятия и ответственности заключается в повышении способности присутствовать и действовать в соответствии с ценностями при наличии тревоги или страха. <i>Ответ:</i> <i>Обоснование:</i>					
14	<i>Инструкция:</i> прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа В терапии принятия и ответственности при работе с хронической болью терапевтическая задача включает повышение участия в значимых действиях при одновременном изменении отношения к боли.					

	Ответ: Обоснование:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Студентка жалуется, что постоянно отвлекается мыслями о возможной неудаче на защите диплома и откладывает подготовку. Предыдущие попытки «успокоить» мысли приводили к сильному контролю и усталости. Вы – терапевт, работающий в духе терапии принятия и ответственности. Назовите один конкретный практический шаг для следующей сессии. Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиентка с депрессией говорит: «Я перестала ходить на прогулки с друзьями, потому что часто чувствую пустоту и скуку, поэтому я лучше остаюсь дома». Предложите одно конкретное действие для домашнего задания на следующую неделю. Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент с хронической болью говорит: «Я стараюсь избегать прогулок и встреч с друзьями, потому что боюсь усиления боли». Предложите одно конкретное домашнее задание на следующую неделю. Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Кратко объясните, почему роль терапевта в терапии принятия и ответственности включает и профессиональные, и личностные качества. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Кратко объясните роль креативной безнадежности в начале терапевтического процесса терапии принятия и ответственности. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Кратко объясните, как экспериментальное избегание поддерживает тревожные и депрессивные расстройства и какие терапевтические задачи терапии принятия и ответственности ставит для изменения этого механизма. Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Дайте определение функционального контекстуализма в терапии принятия и ответственности.
2. Объясните основные положения теории реляционных фреймов.
3. Дайте определение психологической гибкости и поясните ее значение.
4. Назовите процессы гексафлекса и кратко охарактеризуйте каждый из них.
5. Опишите роль терапевта в терапии принятия и ответственности.
6. Объясните, как используется модель гексафлекса при понимании состояния клиента.
7. Дайте определение креативной безнадежности и поясните ее значение в терапии.
8. Назовите основные интервенции терапии принятия и ответственности и поясните их назначение.
9. Объясните роль метафор в терапии принятия и ответственности и приведите пример.
10. Опишите одну практику осознанности и поясните ее цель.
11. Назовите основные механизмы, поддерживающие тревогу и депрессивные состояния.
12. Назовите основные задачи терапии принятия и ответственности при депрессивных состояниях.
13. Объясните подход к работе с избегательным поведением в терапии принятия и ответственности.
14. Назовите подходы к работе со снижением мотивации и апатией.
15. Объясните особенности экспозиции в терапии принятия и ответственности.
16. Назовите основные принципы работы с хронической болью в терапии принятия и ответственности.
17. Объясните особенности работы с травматическим опытом в терапии принятия и ответственности.
18. Назовите типичные ошибки в работе по данной модели и способы их предотвращения.
19. Объясните цели применения терапии принятия и ответственности при зависимостях.
20. Опишите пример учебного задания, направленного на освоение основ терапии принятия и ответственности.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
Устный опрос	Студент дает полный и правильный ответ, демонстрирует глубокое понимание материала, может привести примеры и аргументы. Студент дает достаточно полный и правильный ответ, но может допустить небольшие ошибки или неточности. Студент дает неполный или неправильный ответ, но пытается исправить свои ошибки.

	Студент не может дать ответ на вопрос или дает неправильный ответ.
Практическое задание №1	Способность эффективно выявлять и анализировать проблему Успешное использование модели Гексафлекс для составления концептуализации Владение навыками эмпатического слушания
Практическое задание №2	Составление экспозиции с учетом особенностей терапии принятия и ответственности Соблюдение основных правил экспозиции в терапии принятия и ответственности (ценностно-ориентированный подход, поэтапность, использование техник когнитивного разделения)

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание логики и структуры консультативного процесса, этапов работы и принципов взаимодействия с клиентом. Способен выделять значимые когнитивные, эмоциональные и поведенческие факторы, объяснять их роль в формировании запроса. Под руководством преподавателя анализирует учебные ситуации, формулирует консультативные гипотезы и определяет обоснованную последовательность работы с учетом процессов принятия, ответственности и ценностно-ориентированного поведения. Проявляет способность к осмыслению процесса помощи и обобщению полученного опыта.
	Достаточный (базовый)	Студент знает основные этапы, принципы и методы консультирования, понимает их назначение и логику применения. Под руководством преподавателя способен анализировать типовые ситуации, выделять основные проблемы и факторы, влияющие на состояние клиента. Формулирует обобщенные гипотезы и намечает возможные направления помощи, однако делает это преимущественно в рамках стандартных случаев. Допускает упрощения в понимании процесса и ограниченно учитывает контекст ситуации.
	Минимальный (пороговый)	Студент воспроизводит базовые представления о консультативном процессе и отдельных методах работы. Понимание носит частично фрагментарный характер, отсутствует целостное представление о логике помощи. С опорой на преподавателя участвует в анализе простых случаев, выделяет отдельные элементы ситуации, но испытывает трудности в формулировании гипотез и определении последовательности работы. Применение знаний ограничено и непоследовательно.

не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не демонстрирует понимания принципов и структуры консультативного процесса. Не способен анализировать ситуацию, выделять значимые факторы и применять базовые методы работы даже в учебном формате. Испытывает выраженные затруднения в понимании логики психологической помощи. Ответы носят несистемный, поверхностный или некорректный характер.
-------------------	-----------------------------------	---

4.3. Шкала оценивания тестирования

Результаты тестирования при проведении **зачета** оцениваются по следующей шкале:

Процент правильных ответов	Оценка
60-100	зачтено
0-59	не зачтено