

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:
6bbcb8f4da5b76404be75b6646b8898c94e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ВВЕДЕНИЕ В СХЕМА-ТЕРАПИЮ

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 концепции ранних дезадаптивных схем, механизмы их формирования в детстве и влияние на психическое здоровье и адаптацию личности в норме и при патологии	умеет под руководством наставника проводить комплексный анализ психологического состояния клиента, выявлять дисфункциональные режимы функционирования и интерпретировать данные анамнеза для обоснования выбора стратегий вмешательства	владеет начальными навыками составления концептуализации случая на основе теории схем, а также базовыми приемами адаптации терапевтических планов к индивидуальным особенностям клиента для восстановления его психологического благополучия
	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 схема-терапию: история, ключевые понятия, современные исследования эффективности	Устный опрос	знает концепции ранних дезадаптивных схем, механизмы их формирования в детстве и влияние на психическое здоровье и адаптацию личности в норме и при патологии
Эмоциональные потребности, схемы и режимы	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить комплексный анализ психологического состояния клиента, выявлять дисфункциональные режимы функционирования и интерпретировать данные анамнеза для обоснования выбора стратегий вмешательства
Диагностика и концептуализация случая в схема-терапии		
Техники схема-терапии: экспериенциальные, когнитивные, поведенческие	Практическое задание №2	владеет начальными навыками составления концептуализации случая на основе теории схем, а также базовыми приемами адаптации терапевтических планов к

Терапевтические отношения как инструмент изменений		индивидуальным особенностям клиента для восстановления его психологического благополучия
--	--	--

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	Индивидуальное письменное задание. Задача: проанализировать, как эмоциональные потребности удовлетворялись/не удовлетворялись в детстве и как они удовлетворяются/не удовлетворяются во взрослой жизни.
Практическое задание №2	Участники делятся на тройки (клиент, терапевт, супервизор). Один из участников играет роль клиента с определенной схемой (заданной преподавателем). Второй участник играет роль терапевта, его задача - определить неудовлетворенные в детстве потребности и сформировавшуюся дезадаптивную схему. Затем участники меняются ролями. После игры проводится обсуждение: какие признаки помогли определить схему, какие сложности возникли.

Типовые вопросы по компетенции ПК-1:

1. В чем заключается разница между здоровым контролем и дезадаптивным режимом Гиперконтролера в схема-терапии?
2. Как различные типы гиперкомпенсаторного поведения (Подозрительный, Перфекционист, Неуязвимый) могут поддерживать дезадаптивные схемы?
3. Почему процесс осознания режимов, которые включает схема, может быть сложным для человека, впервые обращающегося за психологической помощью?
4. Какую роль играет психообразование в начале работы с клиентами в схема-терапии?
5. Как метакогнитивные навыки позволяют включить в процесс познания «надкогнитивные» структуры и как это помогает в работе с дезадаптивными схемами?

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 К какой ключевой эмоциональной потребности относится потребность ребенка в постоянной заботе, тепле и эмоциональной доступности от значимых взрослых? А) Автономия и компетентность Б) Безопасная привязанность В) Самовыражение эмоций Г) Спонтанность и игра Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какой метод диагностики в схема-терапии чаще всего используют для систематической оценки наличия ранних дезадаптивных схем? А) Клиническое интервью по жизненной истории Б) Самооценочный опросник схем В) Наблюдение поведения в группе Г) Нейропсихологическое тестирование Ответ:

3	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>все</i> правильные ответы Какие из перечисленных относятся к базовым эмоциональным потребностям по модели схема-терапии? А) Безопасная привязанность Б) Автономия и компетентность В) Экономическое благополучие Г) Свобода выражать эмоции и базовые потребности Д) Спонтанность и игра Е) Ощущение реальных границ и самоконтроля Ответ:																				
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите <i>все</i> правильные ответы Какие методы обычно входят в комплексную диагностику и оценку в схема-терапии? А) Клиническое интервью для составления исторической картины Б) Стандартизированные опросники схем и режимов В) Экспериментальные методики с фармакологическим вмешательством Г) Набор поведенческих и проективных техник для уточнения травматического опыта Ответ:																				
5	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите понятия с их описанием. <table><tr><th colspan="2">Понятие</th><th colspan="2">Описание</th></tr><tr><td>1</td><td>Дезадаптивная схема</td><td>А</td><td>Преходящее состояние с характерной комбинацией эмоций, мыслей и поведения в данный момент</td></tr><tr><td>2</td><td>Режим</td><td>Б</td><td>Устойчивое глубинное представление о себе и мире, приводящее к повторяющимся проблемам</td></tr><tr><td>3</td><td>Копинг-стратегия</td><td>В</td><td>Поведенческий или эмоциональный способ справиться со схемой, например избегание, покорность или гиперактивность</td></tr><tr><td>4</td><td>Адаптивная схема</td><td>Г</td><td>Гибкая и функциональная структура убеждений, поддерживающая здоровое поведение</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:	Понятие		Описание		1	Дезадаптивная схема	А	Преходящее состояние с характерной комбинацией эмоций, мыслей и поведения в данный момент	2	Режим	Б	Устойчивое глубинное представление о себе и мире, приводящее к повторяющимся проблемам	3	Копинг-стратегия	В	Поведенческий или эмоциональный способ справиться со схемой, например избегание, покорность или гиперактивность	4	Адаптивная схема	Г	Гибкая и функциональная структура убеждений, поддерживающая здоровое поведение
Понятие		Описание																			
1	Дезадаптивная схема	А	Преходящее состояние с характерной комбинацией эмоций, мыслей и поведения в данный момент																		
2	Режим	Б	Устойчивое глубинное представление о себе и мире, приводящее к повторяющимся проблемам																		
3	Копинг-стратегия	В	Поведенческий или эмоциональный способ справиться со схемой, например избегание, покорность или гиперактивность																		
4	Адаптивная схема	Г	Гибкая и функциональная структура убеждений, поддерживающая здоровое поведение																		

	<table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; text-align: center;"> <tr> <td style="width: 25%;">1</td> <td style="width: 25%;">2</td> <td style="width: 25%;">3</td> <td style="width: 25%;">4</td> </tr> <tr> <td style="height: 20px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	1	2	3	4				
1	2	3	4						

6

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите режимы с их кратким описанием.

Режим		Описание	
1	Уязвимый Ребенок	А	Критичность, самонаказание, голос внутреннего осуждения
2	Наказывающий Родитель	Б	Эмоциональное отключение, избегание чувств через дистанцирование
3	Отсоединяющий Защитник	В	Эмоциональная ранимость, страх лишения, потребность в заботе
4	Здоровое Взрослое	Г	Регуляция, принятие решений, забота о собственных потребностях и границах

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

7

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите технику с ее основной функцией.

Техника		Функция	
1	Рескриптинг	А	Проверка и изменение убеждений в реальной жизни
2	Работа со стульями	Б	Переживание альтернативного исхода травмы и изменение смыслов воспоминания
3	Когнитивная реструктуризация	В	Диалог между внутренними режимами и выражение эмоций в реальном времени

	<table><tr><td>4</td><td>Поведенческий эксперимент</td><td>Г</td><td>Анализ доказательств убеждений и формирование альтернативных мыслей</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <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>	4	Поведенческий эксперимент	Г	Анализ доказательств убеждений и формирование альтернативных мыслей	1	2	3	4				
4	Поведенческий эксперимент	Г	Анализ доказательств убеждений и формирование альтернативных мыслей										
1	2	3	4										
8	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите основные этапы клинической концептуализации и начала терапии в схема-терапии (от первого к последнему). 1. Идентификация основных схем и режимов клиента 2. Построение терапевтического альянса и сбор анамнеза 3. Формирование терапевтической стратегии и выбор интервенций 4. Обучение клиенту навыкам копинга и эмоциональной регуляции 5. Проверка и коррекция схем через переживание и поведенческие изменения Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>												
9	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Расположите этапы, описывающие процесс формирования ранней дезадаптивной схемы, от начального к последующему. 1. Закрепление скрипта поведения и когнитивной структуры – формирование схемы 2. Повторяющиеся переживания неудовлетворения эмоциональных потребностей 3. Выявление и активация схемы во взрослом возрасте при триггере 4. Ранние детские события и взаимодействия с опекунами 5. Развитие копинговых стратегий для адаптации к текущей ситуации Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>												
10	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа												

	Схема-терапия имеет доказанную эффективность при работе с расстройствами личности, особенно с пограничным расстройством личности. Ответ: Обоснование:
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Режим «Здоровое взрослое» способствует удовлетворению эмоциональных потребностей и ограничению влияния дезадаптивных схем. Ответ: Обоснование:
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Использование стандартизированных опросников в схема-терапии помогает количественно отслеживать изменения уровней схем и режимов в ходе терапии. Ответ: Обоснование:
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Поведенческие эксперименты помогают проверить адаптивность новых убеждений и навыков в реальной жизни. Ответ: Обоснование:
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент говорит: «Я избегаю близких отношений, потому что убежден, что буду отвергнут и болею от одиночества». Предложите одно конкретное домашнее задание на следующую неделю. Ответ:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент регулярно испытывает страх потерять партнера, при этом часто проявляет навязчивую потребность в подтверждении любви, ревность и склонность к контролю. В детстве клиент отмечает частые смены опекунов и периодические длительные разлуки с близкими взрослыми. Назовите наиболее вероятную раннюю дезадаптивную схему, два доминирующих режима и одну краткую терапевтическую задачу для работы в схема-терапии. Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы

	Клиентка жалуется на постоянное чувство, что ее оставят, часто инициирует проверки у партнера, испытывает сильную тревогу при небольших задержках в ответах на сообщения. В детстве мать часто отсутствовала по длительным командировкам, эмоциональная поддержка была редкой. Назовите наиболее вероятную раннюю дезадаптивную схему, два доминирующих режима и одну краткую терапевтическую задачу для работы в схема-терапии. Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиентка, 28 лет, жалуется на постоянный страх быть брошенной, склонна подчеркивать потребности партнера и испытывает сильную тревогу при малейших признаках отдаленности. В детстве родители были непоследовательны в заботе: иногда внимательные, чаще – холодные или занятые. Назовите одну конкретную терапевтическую интервенцию в рамках концепции „ограниченного родительства“, опишите кратко последовательность ее применения (3 шага) в первых сессиях и укажите ожидаемый коррекционный эффект в отношении ранней дезадаптивной схемы. Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Кратко объясните взаимосвязь между неудовлетворенными эмоциональными потребностями в детстве и формированием ранних дезадаптивных схем. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Кратко объясните, как клиническая концептуализация случая в схема-терапии интегрирует данные интервью, результаты опросников и наблюдение режимов. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Перечислите три ключевых принципа применения концепции „ограниченного родительства“ в схема-терапии и приведите два примера корректирующих посланий, которые терапевт может использовать в сессии. Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Дайте определение схема-терапии и поясните ее основные цели в психологической практике.
2. Назовите теоретические подходы, интегрированные в схема-терапию, и кратко раскройте их вклад.
3. Назовите базовые эмоциональные потребности и поясните их значение для психического развития.
4. Назовите основные области применения схема-терапии и поясните ее эффективность при работе с личностными нарушениями.
5. Дайте определение ранней дезадаптивной схемы и поясните ее роль в формировании поведения.

6. Дайте определение режимов в схема-терапии и опишите их значение для понимания состояния клиента.
7. Объясните механизм формирования дезадаптивных схем при неудовлетворении эмоциональных потребностей.
8. Приведите примеры адаптивной и дезадаптивной схем и поясните их ключевые различия.
9. Назовите основные методы оценки, используемые в схема-терапии, и поясните их назначение.
10. Назовите элементы концептуализации случая в схема-терапии и кратко раскройте их содержание.
11. Назовите важные аспекты анамнеза, позволяющие выявить ранние схемы, и поясните их значение.
12. Объясните, как формулируются цели терапии на основе выявленных схем и режимов.
13. Дайте определение рескриптинга воспоминаний и поясните его роль в терапевтическом процессе.
14. Объясните суть метода работы со стульями и его значение для работы с внутренними частями личности.
15. Объясните назначение поведенческих экспериментов и их роль в изменении дезадаптивных схем.
16. Назовите критерии выбора терапевтических техник и поясните, как они учитываются в работе с клиентом.
17. Объясните концепцию ограниченного родительства и ее значение в терапевтических отношениях.
18. Объясните роль терапевтических отношений в коррекции дезадаптивных схем.
19. Назовите функции режима здорового взрослого и поясните его значение в процессе терапии.
20. Назовите основные этические аспекты схема-терапии и поясните их значение в работе с клиентом.

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	Глубина саморефлексии: способность участника проанализировать свои эмоциональные потребности в контексте прошлого и настоящего; осознание того, как неудовлетворенные эмоциональные потребности могут влиять на текущее эмоциональное состояние и поведение Качество анализа: умение выделить ключевые эмоциональные потребности и оценить, как они удовлетворялись или не удовлетворялись в детстве и во взрослой жизни; способность обосновать выводы и связать их с личным опытом

	Развитие навыков самосострадания: проявление сострадания к себе при анализе своих эмоциональных потребностей; понимание важности удовлетворения эмоциональных потребностей для своего благополучия Способность ставить цели и планировать: определение конкретных эмоциональных потребностей, которые требуют внимания; разработка плана действий для удовлетворения этих потребностей
Практическое задание №2	Точность определения дезадаптивной схемы: способность терапевта точно определить дезадаптивную схему клиента на основе предоставленной информации Качество анализа неудовлетворенных потребностей: умение терапевта проанализировать неудовлетворенные в детстве потребности клиента и связать их с текущей дезадаптивной схемой Эффективность взаимодействия между участниками: уровень взаимодействия и обмена информацией между клиентом, терапевтом и супервизором; способность участников работать в команде и поддерживать друг друга Развитие навыков саморефлексии: способность участников анализировать свои действия и решения, а также оценивать их эффективность Умение справляться со сложностями и адаптироваться: способность участников быстро адаптироваться к изменяющимся условиям и находить оптимальные решения в сложных ситуациях

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 роли ранних дезадаптивных схем и эмоциональных паттернов. 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