

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 12.08.2026 14:05:43
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e256c146b8896c94e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ПСИХОЛОГИЯ ЗАВИСИМОГО ПОВЕДЕНИЯ И СОЗАВИСИМЫХ ОТНОШЕНИЙ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Практическая психология и современные методы консультирования
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1 Осуществляет анализ проблемной ситуации и выявляет варианты ее возможного развития	распознает примеры проявления стыда, вины и обиды в различных ситуациях; объясняет влияние семейного воспитания на формирование базовых эмоций	оценивает возможные последствия этих эмоций для личности и межличностных отношений; прогнозирует возможные варианты развития проблемных ситуаций, связанных с созависимостью и зависимостью	разрабатывает план работы с клиентом, испытывающим трудности с управлением этими эмоциями, включая методы диагностики и коррекции; предлагает стратегии работы с клиентами, основанные на понимании механизмов формирования созависимости и зависимости
	УК-1.2 Дифференцирует факты, мнения, интерпретации, оценки, суммирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения	отличает факты от мнений и интерпретаций при анализе влияния семейного воспитания на формирование базовых эмоций	аргументирует свои выводы, опираясь на факты и логические связи при разработке стратегий работы с клиентами, испытывающими трудности с управлением эмоциями; формулирует и обосновывает свою точку зрения о механизмах формирования зависимого поведения с точки зрения различных направлений психологии	разрабатывает комплексные аргументы, интегрируя различные точки зрения и факты при создании программ психотерапии для работы с созависимостью и зависимым поведением, выявляет скрытые предпосылки и предубеждения при рассмотрении влияния химического и нехимического зависимого поведения на жизнь в семье
	УК-1.3 Рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки		критически оценивает и анализирует существующие подходы к решению задачи, выявляя их ограничения и потенциальные проблемы при анализе психологических теорий и исследований, связанных с созависимостью и зависимостью	разрабатывает и аргументирует несколько вариантов решения задачи, опираясь на факты и логические связи при разработке стратегий работы с клиентами, испытывающими трудности с управлением эмоциями

ПК-1 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами	ПК-1.1 Способен диагностировать и выявлять психологические проблемы граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью; работать с широким спектром психологических и эмоциональных состояний населения	знает основные понятия и классификации зависимого поведения и созависимых отношений; может перечислить признаки зависимости и созависимости; понимает базовые принципы работы с зависимыми и созависимыми клиентами	умеет работать с клиентами, у которых есть проблемы с границами личности и здоровыми границами, проблемы с иррациональными убеждениями и освобождением от созависимости, проблемы со стыдом, виной и обидой	владеет различными методами и техниками для работы с зависимыми и созависимыми клиентами (когнитивный подход, техники Арт-терапии, групповая терапия, НЛП, Эриксоновский гипноз, ТОП); способностью работать с чувствами, целеполаганием, иррациональными убеждениями, границами
ПК-2 Способен улучшать психическое состояние отдельных лиц (клиентов), осуществляя коррекционные мероприятия и реализуя программы психологического сопровождения и помощи	ПК-2.2 Осуществляет работу с негативными чувствами и состояниями клиентов, а также понимает психологические основы возникновения зависимостей и созависимых отношений для разработки эффективной программы коррекции и поддержки	знает психологические основы формирования зависимого поведения и созависимости; влияние химической зависимости на жизнь в семье; факторы риска и защиты развития зависимостей и созависимости; основные признаки, связь с зависимостью, травматическим опытом, течение и исход созависимости	умеет работать с чувством стыда, вины и обиды и их влиянием на уверенность в себе и нормальное взаимодействие с окружающим миром	владеет способностью предотвратить повторение психологических травм и деструктивных жизненных сценариев у граждан

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
УК-1 Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий		
УК-1.1 Осуществляет анализ проблемной ситуации и выявляет варианты ее возможного развития		
Психологические основы формирования и комплексный	Упражнение “Ходьба: работа с	распознает примеры проявления стыда, вины и обиды в различных

подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	семейными посланиями” (ПЗ)	ситуациях; объясняет влияние семейного воспитания на формирование базовых эмоций
Работа с чувствами стыда, вины, обиды	Практическое задание «Правила» (ПЗ)	оценивает возможные последствия этих эмоций для личности и межличностных отношений; прогнозирует возможные варианты развития проблемных ситуаций, связанных с созависимостью и зависимостью
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	Упражнение “Продыши тягу” (ПЗ)	разрабатывает план работы с клиентом, испытывающим трудности с управлением этими эмоциями, включая методы диагностики и коррекции; предлагает стратегии работы с клиентами, основанные на понимании механизмов формирования созависимости и зависимости
УК-1.2 Дифференцирует факты, мнения, интерпретации, оценки, суммирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения		
Работа с чувствами стыда, вины, обиды	Практическое задание «Список обид» (ПЗ)	отличает факты от мнений и интерпретаций при анализе влияния семейного воспитания на формирование базовых эмоций
Работа с чувствами стыда, вины, обиды	Практическое задание «Должен-хочу» (ПЗ)	аргументирует свои выводы, опираясь на факты и логические связи при разработке стратегий работы с клиентами, испытывающими трудности с управлением эмоциями; формулирует и обосновывает свою точку зрения о механизмах формирования зависимого поведения с точки зрения различных направлений психологии
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	Практическое задание «Я, Мое, Наше» (СРС)	разрабатывает комплексные аргументы, интегрируя различные точки зрения и факты при создании программ психотерапии для работы с созависимостью и зависимым поведением, выявляет скрытые предпосылки и предубеждения при рассмотрении влияния химического и нехимического зависимого поведения на жизнь в семье
УК-1.3 Рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки		
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	Упражнение «Загадывание чувств» (ПЗ)	критически оценивает и анализирует существующие подходы к решению задачи, выявляя их ограничения и потенциальные проблемы при анализе психологических теорий и исследований, связанных с созависимостью и зависимостью
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	Ролевая игра «Саудинг» (ПЗ)	разрабатывает и аргументирует несколько вариантов решения задачи, опираясь на факты и логические связи при разработке стратегий работы с клиентами, испытывающими трудности с управлением эмоциями
ПК-1 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами		

ПК-1.1 Способен диагностировать и выявлять психологические проблемы граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью; работать с широким спектром психологических и эмоциональных состояний населения		
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	Устный доклад (СРС)	знает основные понятия и классификации зависимого поведения и созависимых отношений; может перечислить признаки зависимости и созависимости; понимает базовые принципы работы с зависимыми и созависимыми клиентами
Работа с чувствами стыда, вины, обиды	Практическое задание «Виды границ» (СРС) Ролевая игра «Гибкие границы» (ПЗ)	умеет работать с клиентами, у которых есть проблемы с границами личности и здоровыми границами, проблемы с иррациональными убеждениями и освобождением от созависимости, проблемы со стыдом, виной и обидой
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	Ролевая игра «Бодинот» (ПЗ)	владеет различными методами и техниками для работы с зависимыми и созависимыми клиентами (когнитивный подход, техники Арт-терапии, групповая терапия, НЛП, Эриксоновский гипноз, ТОП); способностью работать с чувствами, целеполаганием, иррациональными убеждениями, границами
ПК-2 Способен улучшать психическое состояние отдельных лиц (клиентов), осуществляя коррекционные мероприятия и реализуя программы психологического сопровождения и помощи		
ПК-2.2 Осуществляет работу с негативными чувствами и состояниями клиентов, а также понимает психологические основы возникновения зависимостей и созависимых отношений для разработки эффективной программы коррекции и поддержки		
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции	Устный доклад (СРС)	знает психологические основы формирования зависимого поведения и созависимости; влияние химической зависимости на жизнь в семье; факторы риска и защиты развития зависимостей и созависимости; основные признаки, связь с зависимостью, травматическим опытом, течение и исход созависимости
Работа с чувствами стыда, вины, обиды	Практическое задание «Разотождествление с «Внутренним Критиком» (ПЗ)	умеет работать с чувством стыда, вины и обиды и их влиянием на уверенность в себе и нормальное взаимодействие с окружающим миром
Психологические основы формирования и комплексный подход к лечению зависимостей Психологические основы формирования созависимых отношений, методы диагностики и коррекции Работа с чувствами стыда, вины, обиды	Ролевая игра «Работа с компульсией» (ПЗ)	владеет способностью предотвратить повторение психологических травм и деструктивных жизненных сценариев у граждан

2.2. Типовые оценочные материалы текущего контроля

Оценочное средство	Типовое задание / содержание
Устный доклад	Работа с литературными источниками, повторение материалов вебинара: Изучите тему доклада, чтобы иметь представление о предмете обсуждения. Определите ключевые аспекты темы и составьте план доклада. Соберите информацию из научных статей, книг, исследований и других источников. Проанализируйте собранную информацию и выделите основные тезисы. Потренируйтесь выступать перед аудиторией, чтобы чувствовать себя уверенно во время доклада. Будьте готовы ответить на вопросы аудитории после выступления.
Практическое задание «Должен-хочу»	Напишите список из 10 фраз, начинающихся со слов «Я должен(должна)...». Эти фразы должны отражать ваши текущие обязательства, ожидания от себя и внутренние требования. Затем замените в каждой фразе слово «должен(должна)» на слово «хочу». Оцените, насколько правдивы полученные утверждения. Обсудите свои наблюдения и выводы в группе. Какие эмоции у вас возникали при выполнении этого задания? Как изменилось ваше восприятие своих обязательств после замены слов?
Практическое задание «Разотождествление с «Внутренним Критиком»	Создайте визуальный образ своего «Внутреннего Критика». Опишите его внешность, характер, манеру речи и основные претензии, которые он вам предъявляет. Представьте, что вы ведете диалог с этим образом. Запишите основные вопросы и ответы, которые возникают в ходе этого диалога. Подумайте, какие выводы вы можете сделать о своем «Внутреннем Критике» после этого упражнения. Как он влияет на ваше поведение и эмоциональное состояние? Какие стратегии вы можете использовать для снижения его влияния?
Практическое задание «Список обид»	Напишите отдельно список обид на родителей и на партнера в настоящем. Постарайтесь быть максимально конкретными и честными в описании своих чувств. Сравните два списка и найдите общие темы или паттерны. Какие выводы вы можете сделать о своих обидах на основе этого сравнения? Обсудите свои выводы в группе. Какие эмоции у вас возникали при написании и анализе списков? Как вы думаете, могут ли эти обиды влиять на ваши текущие отношения?
Практическое задание «Правила»	Напишите список правил «хорошей девочки» или «хорошего мальчика», которые, как вам кажется, были вам внушены в детстве. Это могут быть правила, связанные с поведением, эмоциями, достижениями и т. д. Проанализируйте, в чем эти правила проявляются в вашей теперешней жизни. Как они влияют на ваши решения, поведение и отношения с окружающими? Приведите конкретные примеры из своей жизни. Обсудите свои выводы в группе. Поделитесь своими ощущениями и эмоциями, которые возникают у вас при анализе этих правил. Как вы думаете, помогают ли эти правила вам в жизни или, наоборот, создают трудности?
Практическое задание «Виды границ»	Изучите основные виды психологических границ: Физические границы – касаются личного пространства и неприкосновенности тела. Эмоциональные границы – определяют способность различать свои эмоции и эмоции других людей, а также защищать себя от

	эмоционального воздействия. Интеллектуальные границы – связаны с правом на собственное мнение и мысли, а также с защитой своих идей и убеждений. Материальные границы – касаются права на собственность и распоряжение материальными ресурсами. Временные границы – определяют умение распоряжаться своим временем и устанавливать приоритеты. Проанализируйте, в каких ситуациях каждый из видов границ мог быть нарушен в вашей жизни. Приведите конкретные примеры для каждого вида границ. Опишите свои ощущения и эмоции, которые возникали у вас в этих ситуациях. Как вы реагировали на нарушение границ? Какие выводы вы сделали о своих границах после анализа этих ситуаций
Практическое задание «Я, Мое, Наше»	Составьте три списка, в которых будут отражены следующие категории: «Я»: перечислите качества, характеристики и аспекты, которые вы считаете частью своей личности, индивидуальности и идентичности. «Мое»: укажите материальные и нематериальные вещи, которые вы считаете своими, включая личные достижения, интересы, хобби и т. д. «НАШЕ»: опишите общие ценности, интересы, обязанности и другие аспекты, которые вы разделяете с другими людьми (например, с семьей, друзьями, коллегами).
Ролевая игра «Бодинот»	Проведите ролевую игру, в которой один студент будет выступать в роли клиента, а другой – в роли терапевта. Клиент должен рассказать о конкретной ситуации, которая вызвала у него сложные переживания, а терапевт – помочь ему структурировать свои мысли и чувства с помощью техники «Бодинот». Техника «Бодинот» включает в себя четыре поля: «Факты» – объективные события и обстоятельства. «Чувства» – эмоциональные реакции на факты. «Ожидания» – ожидания клиента от фактов. «Ближайшее действие» – конкретные шаги, которые клиент планирует предпринять. Терапевт должен вести клиента по полям, помогая ему понимать, что он сейчас рассказывает, и отделять чувства и факты от восприятия и интерпретации. Особое внимание следует уделить тому, что чем больше у клиента расходятся факты и его ожидания от этих фактов, тем сложнее у него будут переживания.
Ролевая игра «Работа с компульсией»	Проведите ролевую игру, в которой один студент будет выступать в роли клиента, а другой – в роли терапевта. Клиент должен выполнить упражнение на работу с компульсией, описанное ниже, а терапевт – сопровождать его, предоставляя поддержку и объясняя физиологические процессы, происходящие в теле. Упражнение для клиента: Сядьте удобно и сделайте 30 быстрых вдохов со спонтанным выходом. На 30-м вдохе не делайте выдох, а зажмите дыхание и останьтесь с наполненными легкими. Не дышите до момента, когда в теле возникнет непреодолимое желание вдохнуть. Когда возникнет это желание, сделайте медленный вдох на счет 10. Выровняйте дыхание и повторите упражнение еще три раза. Роль терапевта: Поддерживайте клиента на протяжении всего упражнения. Объясняйте клиенту физиологические процессы, происходящие в его теле во время упражнения.

	Наблюдайте за состоянием клиента и помогайте ему справиться с возникающими трудностями.
Ролевая игра «Саудинг»	Цель: диагностика и терапия права на экспрессию чувств, эмоциональное выражение Инструкция: студенты делятся на пары “клиент-терапевт”/вся группа может “звучать” одновременно. Клиент удобно и устойчиво сидит или стоит, глаза открыты. Специалист просит его звуками выражать свое эмоциональное состояние. Вопросы для обсуждения: Легко это или сложно? Переживается ли, застревает ли звук? Какие эмоции в этом звуке? Кому они адресованы? Можно ли представить, что выражаешь свои чувства адресно? Где первопричина чувств: в настоящем или в прошлом? Какими словами можно было бы их выразить? Как Вы думаете, какие чувства являются для Вас самыми привычными, легко ли Вам их выражать? Если сложно, то почему? О каких имеющихся у Вас запретах на чувства (и на какие именно) Вы знаете? Что поможет Вам более свободно говорить о своих чувствах?
Ролевая игра «Гибкие границы»	Цель: диагностика и оптимизация границ, работа с параметром гибкости границ (с ригидностью, возможностью адаптации), повышение адаптивности Инструкция: студенты делятся на пары “клиент-терапевт”/можно “вести” всю группу одновременно Клиент удобно садится, закрывает глаза. По просьбе терапевта представляет вокруг себя свою границу. Терапевт просит ее максимально отодвинуть. На какое расстояние получилось? Как поменялся образ? Как поменялись ощущения? Теперь - максимально придвинуть. Как поменялся образ? Как поменялись ощущения?
Упражнение «Загадывание чувств»	Цель: формирование навыка экспрессии чувств через тело, интеграция тела и чувств Тренинг имеет игровую форму. Участники разбиваются на две команды. Ведущий поочередно дает по одной карточке (на которой указано то или иное чувство) каждой команде, та показывает это чувство другой команде, изображая его как некую телесную скульптуру, то есть показывает своими телами Команды показывают друг другу скульптуру изображая загаданное чувство
Упражнение “Продыши тягу”	Инструкция: ощутить, где в теле локализована тяга, где центр этого напряжения, желания употребить, далее - дышать через этот центр, пока напряжение не снизится и не уйдет Насколько четко вы смогли определить локализацию тяги в своем теле? Какие ощущения возникали в этой области во время дыхания? Изменился ли характер или интенсивность тяги в процессе упражнения? Насколько снизилось напряжение после выполнения упражнения? Какие еще эмоции или мысли возникали у вас во время выполнения упражнения? Как вы думаете, может ли этот метод помочь вам в будущем справиться с тягой? Какие трудности или препятствия вы испытывали при выполнении упражнения? Какие дополнительные методы или техники вы используете или планируете использовать в работе? Как вы оцениваете свое общее состояние после выполнения упражнения по шкале от 1 до 10, где 1 – состояние не улучшилось, 10 – значительное улучшение?

Упражнение “Ходьба: работа с семейными посланиями”	Инструкция: Участники группы произвольно ходят по комнате. Дается инструкция, разные варианты ходьбы: Ходите так, как Вы обычно ходите А теперь - как Ваша мать хотела, чтобы Вы ходили (как Вам это кажется - можете пофантазировать) Как Ваш отец хотел, чтобы Вы ходили Как Вы сам(а) хотите ходить Отслеживайте чувства, ощущения, мысли Обсуждение: акцент на том, что менялось, какие чувства приходили, как реагировало тело, какие были образы, как больше всего понравилось ходить, как - меньше всего
--	---

Типовые вопросы для устного доклада по **компетенции ПК-2:**

ПК-2.2

1. Какие факторы неонатального и грудного периодов могут влиять на формирование созависимости?
2. Почему дисфункциональная семейная система считается основным фактором формирования созависимости?
3. В чем разница между здоровой и дисфункциональной моделями воспитания ребенка?
4. Как нейрофизиология развития мозга ребенка связана с семейной системой?
5. В чем заключается параллелизм между созависимостью и зависимостью?
6. Какие параметры характеризуют созависимую личность?
7. Каковы признаки дисфункциональной семейной системы?
8. Что такое созависимость и каковы ее основные признаки?
9. Как базовые потребности связаны с созависимостью?

Типовые вопросы для устного доклада по **компетенции ПК-1:**

ПК-1.1

1. Почему зависимость рассматривается как биопсихосоциодуховное заболевание?
2. Как дисфункциональная семейная система влияет на развитие зависимости?
3. В чем заключается социокультурный аспект зависимости?
4. Как зависимости влияют на нейрофизиологию и физиологию человека?
5. Что такое зависимость и каковы ее основные признаки?
6. Какие существуют виды зависимостей и что такое перекрестные зависимости?
7. Какие реабилитационные среды и программы существуют для зависимых?
8. Каковы признаки и определение дисфункциональной семьи?
9. В чем разница между субстанциональными и процессуальными зависимостями?

10. Какие биологические, психологические, социальные и духовные аспекты необходимо учитывать при работе с зависимостью?
11. Какие основные навыки необходимы для выхода из зависимости?
12. Почему алекситимия считается базовым фактором поддержания зависимости?
13. Что показывает кривая Джеллинека и какие этапы зависимости она описывает?
14. Какие факторы неонатального и грудного периодов могут влиять на формирование созависимости?
15. В чем заключается параллелизм между созависимостью и зависимостью?
16. Какие параметры характеризуют созависимую личность?
17. Какие методы диагностики и коррекции созависимости существуют?

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **экзамен**

3.2. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

3.2.1. Типовые тестовые задания

№ п/п	Типовое тестовое задание
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
ПК-1	Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами
ПК-2	Способен улучшать психическое состояние отдельных лиц (клиентов), осуществляя коррекционные мероприятия и реализуя программы психологического сопровождения и помощи
1	Инструкция: прочитайте текст, выберите правильный ответ Какой из следующих факторов не является частью модели зависимости как БиоПсихоСоциоДуховного заболевания? А) Биологические факторы В) Психологические факторы С) Социокультурные факторы

	D) Финансовые факторы Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите правильный ответ Какой из следующих факторов наиболее сильно влияет на формирование созависимости в детском возрасте? A) Наличие друзей B) Дисфункциональная семейная система C) Успехи в учебе D) Хобби и увлечения Ответ:
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих признаков могут указывать на наличие дисфункциональной семьи? A) Низкий уровень общения между членами семьи B) Принятие решений на основе консенсуса C) Эмоциональная зависимость членов семьи друг от друга D) Четкие границы между ролями в семье Ответ:
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих признаков могут указывать на наличие созависимости у человека? A) Потребность в контроле над другими B) Неспособность выражать свои чувства C) Чрезмерная самоуверенность D) Постоянное удовлетворение потребностей других в ущерб своим Ответ:
5	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих утверждений о чувстве стыда верны? A) Стыд может быть как временным состоянием, так и устойчивой чертой характера B) Стыд всегда является негативным чувством C) Стыд может возникать в результате социальных сравнений

Д) Стыд может способствовать развитию личностной ответственности

Ответ:

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите виды зависимостей с их описанием.

Виды зависимостей		Описание	
1	Субстанциональные зависимости	А	Зависимость от веществ, таких как алкоголь или наркотики
2	Процессуальные зависимости	В	Зависимость от действий или процессов, например, азартные игры
3	Перекрестные зависимости	С	Наличие нескольких видов зависимостей одновременно

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите типы семейных систем с их характеристиками.

Тип семейной системы		Характеристика	
1	Дисфункциональная семья	А	Четкие границы и поддержка индивидуальности
2	Здоровая семья	В	Эмоциональная зависимость и отсутствие границ
3	Смешанная семья	С	Комбинация здоровых и деструктивных паттернов взаимодействия

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3

8	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите виды негативных эмоций с их характеристиками. <table><tr><th colspan="2">Виды негативных эмоций</th><th colspan="2">Характеристика</th></tr><tr><td>1</td><td>Чувство вины</td><td>А</td><td>Чувство, возникающее из-за нарушения личных границ других</td></tr><tr><td>2</td><td>Чувство стыда</td><td>В</td><td>Эмоция, связанная с осознанием несоответствия своим стандартам</td></tr><tr><td>3</td><td>Обида</td><td>С</td><td>Эмоция, возникающая из-за несправедливости или предательства</td></tr></table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table><tr><td>1</td><td>2</td><td>3</td></tr><tr><td></td><td></td><td></td></tr></table>	Виды негативных эмоций		Характеристика		1	Чувство вины	А	Чувство, возникающее из-за нарушения личных границ других	2	Чувство стыда	В	Эмоция, связанная с осознанием несоответствия своим стандартам	3	Обида	С	Эмоция, возникающая из-за несправедливости или предательства	1	2	3			
Виды негативных эмоций		Характеристика																					
1	Чувство вины	А	Чувство, возникающее из-за нарушения личных границ других																				
2	Чувство стыда	В	Эмоция, связанная с осознанием несоответствия своим стандартам																				
3	Обида	С	Эмоция, возникающая из-за несправедливости или предательства																				
1	2	3																					
9	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы зависимости по Кривой Джеллинека от начального к конечному: 1. Увеличение употребления 2. Период контроля 3. Физическая зависимость 4. Период потери контроля Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>																						
10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы формирования созависимости от начального к конечному: 1. Поддержка деструктивного поведения другого 2. Игнорирование собственных потребностей 3. Потребность в контроле над другим человеком 4. Эмоциональная зависимость																						

	Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
11	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы психотерапевтической работы с чувством стыда от начального к конечному: 1. Осознание чувства стыда 2. Работа с «Внутренним критиком» 3. Интеграция нового опыта 4. Принятие себя Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Алекситимия является основным фактором, способствующим выходу из зависимости. Ответ: Обоснование:				
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Созависимость всегда проявляется только в романтических отношениях. Ответ: Обоснование:				
14	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Чувство вины всегда приводит к негативным последствиям для личности. Ответ: Обоснование:				
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы				

	Вы работаете с клиентом, который имеет историю зависимости от алкоголя и вырос в дисфункциональной семье. Какие шаги вы предпримете для начала терапевтического процесса? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы работаете с клиентом, который вырос в дисфункциональной семье и испытывает трудности в установлении здоровых отношений. Каковы ваши первые шаги в работе с ним? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы работаете с клиентом, который испытывает сильное чувство обиды на своего партнера за отсутствие поддержки в трудный период. Каковы ваши первые шаги в работе с этим чувством? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные аспекты комплексного подхода к лечению зависимостей? Приведите примеры методов и техник, которые могут быть использованы. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные методы диагностики созависимости? Приведите примеры инструментов и техник, которые могут быть использованы. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные методы работы с чувством вины в психотерапии? Приведите примеры инструментов и техник, которые могут быть использованы. Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Что такое зависимость? Перечислите основные признаки зависимости и объясните, как они могут проявляться в жизни человека.

2. Опишите модель зависимости и ее этапы. Как Кривая Джеллинека иллюстрирует процесс развития зависимости? Приведите примеры для каждого этапа.
3. Каковы признаки дисфункциональной семьи? Объясните, каким образом такая семья может способствовать формированию зависимостей у своих членов.
4. Как социокультурные аспекты влияют на развитие зависимостей? Приведите примеры зависимостей нового времени и объясните их особенности.
5. Что такое алекситимия и как она связана с зависимым поведением? Обсудите, каким образом замороженные чувства могут поддерживать зависимость.
6. Определите созависимость. Каковы основные признаки созависимой личности и как они соотносятся с зависимым поведением?
7. Объясните концепцию Древа зависимости и Древа дефектов характера зависимого. Как эти модели помогают в понимании зависимого поведения?
8. Каковы основные психологические аспекты, способствующие формированию зависимостей? Обсудите роль эмоциональных и когнитивных факторов.
9. Какие методы диагностики используются для выявления созависимых отношений? Как можно определить наличие созависимости у человека?
10. Перечислите виды реабилитационных сред и программ для зависимых. Как они могут различаться в зависимости от типа зависимости (субстанциональные и процессуальные)?
11. Что такое концепция горевания? Опишите основные этапы горевания и их значение в процессе восстановления жизнедеятельности человека.
12. Перечислите и кратко опишите принципы работы с горем. Как они могут помочь человеку справиться с потерей?
13. Что такое патологическое горе? Каковы его признаки и чем оно отличается от нормального процесса горевания?
14. В чем разница между чувством стыда и стыдливостью как чертой характера? Приведите примеры, иллюстрирующие это различие.
15. Объясните феномен интроецирования. Как он влияет на формирование системы убеждений личности и ее представление о себе?
16. Что такое «Внутренний критик»? Как он формируется и как можно работать с ним в психотерапии?
17. Каковы основные отличия между чувствами вины и стыда? Опишите процесс формирования эмоции вины и ее виды.
18. Что такое иррациональная вина? Каковы ее источники и как она может влиять на личность?
19. Определите понятие обиды. Какие факторы влияют на ее формирование и как она может проявляться в поведении человека?
20. Что такое личностные границы в психологии? Перечислите виды психологических границ и обсудите их влияние на самоощущение и эмоциональное состояние личности.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
Устный доклад	Раскрытие темы: насколько полно и точно докладчик представил информацию по теме. Логичность и последовательность изложения: насколько логично и последовательно докладчик изложил материал, есть ли четкая структура доклада. Аргументированность: насколько докладчик подкрепляет свои утверждения фактами и примерами. Ответы на вопросы: способность докладчика ответить на дополнительные вопросы аудитории.
Практическое задание «Должен-хочу»	Полнота списка: оценивается, насколько подробно студент составил список из 10 фраз. Анализ изменений: оценивается, насколько глубоко студент проанализировал изменения в значении и эмоциональном восприятии фраз после замены слова «должен(должна)» на «хочу». Эмоциональная реакция: оценивается, насколько открыто и честно студент поделился своими эмоциями и ощущениями, которые возникли у него при анализе фраз. Участие в обсуждении: оценивается, насколько активно студент участвовал в групповом обсуждении, делился своими мыслями и слушал других.
Практическое задание «Разотождествление с «Внутренним Критиком»	Визуализация образа: оценивается, насколько подробно и ярко студент смог создать визуальный образ своего «Внутреннего Критика». Анализ влияния: оценивается, насколько глубоко студент проанализировал влияние своего «Внутреннего Критика» на свое поведение и эмоциональное состояние. Стратегии снижения влияния: оценивается, насколько эффективно студент смог предложить стратегии для снижения влияния своего «Внутреннего Критика». Саморефлексия: оценивается, насколько студент способен к саморефлексии и анализу своих внутренних процессов.
Практическое задание «Список обид»	Анализ общих тем: оценивается, насколько глубоко студент проанализировал общие темы или паттерны в своих обидах. Эмоциональная реакция: оценивается, насколько открыто и честно студент поделился своими эмоциями и ощущениями, которые возникли у него при анализе списков. Участие в обсуждении: оценивается, насколько активно студент участвовал в групповом обсуждении, делился своими мыслями и слушал других.
Практическое задание «Правила»	Анализ проявления правил в жизни: оценивается, насколько глубоко студент проанализировал, как эти правила проявляются в его текущей жизни и как они влияют на его поведение и отношения с окружающими. Примеры из жизни: оценивается, насколько конкретно и подробно студент привел примеры из своей жизни, иллюстрирующие влияние правил на его поведение. Эмоциональная реакция: оценивается, насколько открыто и честно студент поделился своими эмоциями и ощущениями, которые возникают у него при анализе этих правил.

	Участие в обсуждении: оценивается, насколько активно студент участвовал в групповом обсуждении, делился своими мыслями и слушал других.
Практическое задание «Виды границ»	Понимание видов границ: оценивается, насколько точно студент определил и описал основные виды психологических границ. Анализ примеров: оценивается, насколько подробно и точно студент проанализировал ситуации, в которых были нарушены границы. Саморефлексия: оценивается, насколько глубоко студент проанализировал свои ощущения и эмоции в этих ситуациях, а также свою реакцию на нарушение границ. Выводы о границах: оценивается, насколько студент смог сделать выводы о своих границах и их защите после анализа ситуаций. Структура и логика изложения: оценивается, насколько логично и последовательно студент структурировал свои мысли и аргументы.
Практическое задание «Я, Мое, Наше»	Способность к саморефлексии: умение студента анализировать и осмысливать собственные мысли, чувства и поведение в контексте понятий «Я», «МОе» и «НАШЕ». Понимание границ личности: способность студента четко определять границы своей личности и отличать «Я» от «МОе» и «НАШЕ», а также осознавать взаимосвязь между этими понятиями. Гибкость мышления: способность студента адаптироваться к различным ситуациям и контекстам, изменяя свое понимание в зависимости от обстоятельств. Умение работать с конфликтами: навыки студента в разрешении конфликтов, связанных с определением границ и владений, а также в поиске компромиссов и решений, учитывающих интересы всех сторон.
Ролевая игра «Бединот»	Точность определения полей терапевтом: оценивается, насколько точно терапевт смог определить, к какому полю относится информация, которую сообщает клиент, и провести границы между полями. Эффективность помощи клиенту в структурировании мыслей: анализируется, насколько успешно терапевт помогал клиенту отделять факты от чувств и ожиданий, структурировать свои мысли и осознавать переходы от одного поля к другому. Понимание клиентом различий между полями: оценивается, насколько хорошо клиент смог понять различия между фактами, чувствами, ожиданиями и действиями в ходе ролевой игры. Осознание связи между расхождением фактов и ожиданий и сложностью переживаний: анализируется, насколько успешно терапевт смог объяснить клиенту эту связь и насколько клиент смог ее понять. Умение клиента осознавать свои ожидания и их влияние на чувства и действия: оценивается, насколько клиент смог осознать свои текущие ожидания и их роль в формировании своих переживаний и поведения. Способность терапевта помочь клиенту определить адекватные «ближайшие действия»: анализируется, насколько четко терапевт смог помочь клиенту определить конкретные и реалистичные шаги на основе анализа всех полей. Качество взаимодействия между клиентом и терапевтом: оценивается, насколько эффективно участники смогли слушать друг друга, понимать и поддерживать в ходе ролевой игры.
Ролевая игра «Работа с компульсией»	Точность выполнения упражнения клиентом: оценивается, насколько точно клиент следовал инструкции по выполнению упражнения, включая количество вдохов, задержку дыхания и скорость вдоха. Качество поддержки терапевта: анализируется, насколько эффективно терапевт поддерживал клиента во время упражнения, предоставляя необходимую информацию и помощь. Понимание физиологических процессов: оценивается, насколько хорошо терапевт объяснил клиенту физиологические процессы, происходящие в теле во время упражнения, и насколько клиент понял эти объяснения. Умение клиента отслеживать свои ощущения: оценивается, насколько четко клиент смог отследить момент возникновения непреодолимого желания вдохнуть и описать свои ощущения во время упражнения.

	Эмоциональная реакция клиента: анализируется характер и интенсивность эмоций, возникающих у клиента во время упражнения, а также его способность их вербализовать. Взаимодействие между клиентом и терапевтом: оценивается качество взаимодействия между клиентом и терапевтом, включая способность слушать, понимать и поддерживать друг друга.
Ролевая игра «Саудинг»	Способность к эмоциональному выражению: оценивается, насколько свободно и естественно участник может выражать свои эмоции звуками. Глубина эмоционального выражения: анализируется разнообразие и интенсивность эмоций, которые участник способен выразить. Осознание чувств: оценивается, насколько точно участник может определить и описать свои эмоции, а также их первопричину (настоящее или прошлое). Готовность к саморефлексии: оценивается, насколько участник открыт к анализу своих привычных способов выражения чувств и запретов на их проявление. Взаимодействие с партнером: оценивается качество взаимодействия между «клиентом» и «терапевтом», включая способность слушать, понимать и поддерживать. Понимание связи между эмоциями и телесными ощущениями: анализируется, насколько участник осознает и может описать связь между своими эмоциями и физическими ощущениями в теле. Готовность к обсуждению: оценивается, насколько участник готов делиться своими впечатлениями, эмоциями и выводами с группой после выполнения упражнения.
Ролевая игра «Гибкие границы»	Способность визуализировать границы: оценивается, насколько легко клиенту удастся представить свои границы в обоих состояниях (максимально отодвинутые и максимально приближенные). Гибкость границ: анализируется, насколько легко клиент может адаптировать свои границы, изменяя их расстояние. Осознавание изменений: оценивается, насколько точно клиент может описать изменения в образе и ощущениях при изменении границ. Связь с реальными ситуациями: анализируется, может ли клиент связать представленные образы границ с реальными жизненными ситуациями, в которых он чувствует себя незащищенным или уязвимым. Эмоциональная реакция: оценивается характер и интенсивность эмоций, возникающих у клиента в процессе упражнения. Готовность к саморефлексии: оценивается, насколько клиент открыт к анализу своих границ и их гибкости, а также к размышлениям о том, как это влияет на его адаптацию к различным ситуациям. Взаимодействие с терапевтом: оценивается качество взаимодействия между клиентом и терапевтом, включая способность клиента слушать, понимать и следовать указаниям терапевта. Понимание влияния границ на адаптацию: анализируется, насколько клиент осознает влияние своей способности адаптировать границы на его способность адаптироваться к различным социальным и личным ситуациям.
Упражнение «Загадывание чувств»	Насколько легко или сложно было угадать чувство по скульптуре, созданной другой командой? Какие эмоции и мысли возникали у участников во время создания скульптуры? Как участники ощущали связь между своими чувствами и физическими проявлениями в процессе создания скульптуры? Какие выводы участники сделали о своих навыках выражения чувств через тело после выполнения упражнения? Как участники оценивают свою способность интегрировать тело и чувства в процессе коммуникации? Какие трудности или препятствия участники испытывали при выполнении упражнения? Как участники могут использовать полученные навыки в будущем для улучшения коммуникации и самовыражения? Как изменилось восприятие собственных чувств и их выражения у участников после выполнения упражнения?
Упражнение «Продыши тягу»	Понимание техники: глубина понимания студентом принципов и механизмов техники дыхания для снижения тяги.

	Умение объяснить технику клиенту: способность студента доступно и понятно объяснить клиенту суть и порядок выполнения техники. Навыки наблюдения и анализа: умение студента отслеживать изменения в состоянии клиента во время выполнения техники и анализировать их. Способность адаптировать технику: гибкость студента в адаптации техники под индивидуальные особенности и потребности клиента. Взаимодействие с клиентом: качество взаимодействия студента с клиентом, включая способность создать доверительную атмосферу и поддерживать клиента во время выполнения техники. Оценка эффективности техники: способность студента оценить эффективность применения техники в работе с клиентом и обосновать свою оценку.
Упражнение “Ходьба: работа с семейными посланиями”	Способность к саморефлексии: умение участника отслеживать и анализировать свои чувства, ощущения и мысли во время выполнения различных вариантов ходьбы. Эмоциональная реакция: характер и интенсивность эмоций, возникающих у участника при выполнении каждого варианта ходьбы, а также способность их вербализовать. Физиологическая реакция: способность участника замечать и описывать изменения в своем теле (например, напряжение или расслабление мышц, изменение ритма дыхания и т. д.) при выполнении каждого варианта ходьбы. Гибкость мышления: способность участника представить и воплотить в движении различные стили ходьбы, соответствующие заданным инструкциям. Готовность к обсуждению: открытость участника к обсуждению своих переживаний, эмоций и мыслей, возникших во время упражнения, а также способность делиться этими наблюдениями с группой. Взаимодействие с группой: качество взаимодействия участника с другими членами группы, включая способность слушать и понимать их опыт, а также давать и принимать обратную связь.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
отлично	Высокий (продвинутый)	Обучающийся демонстрирует глубокое понимание психологических особенностей различных видов психологической проблематики, корректно анализирует профессиональные ситуации, обоснованно выбирает подходы и методы решения профессиональных задач, аргументирует принимаемые решения и формулирует обоснованные выводы
хорошо	Достаточный (базовый)	Обучающийся демонстрирует достаточное понимание психологических особенностей различных видов психологической проблематики, в целом корректно анализирует профессиональные ситуации, выбирает подходы и методы решения профессиональных задач, аргументирует принимаемые решения и формулирует выводы, допуская отдельные неточности
удовлетворительно	Минимальный (пороговый)	Обучающийся демонстрирует общее понимание психологических особенностей

		различных видов психологической проблематики, испытывает отдельные затруднения при анализе профессиональных ситуаций и выборе подходов и методов решения профессиональных задач, допускает отдельные ошибки при аргументации принимаемых решений и формулировании выводов
неудовлетворительно	Недостаточный (ниже минимального)	Обучающийся демонстрирует недостаточное понимание психологических особенностей различных видов психологической проблематики, испытывает существенные затруднения при анализе профессиональных ситуаций и выборе подходов и методов решения профессиональных задач, допускает существенные ошибки при аргументации принимаемых решений и формулировании выводов

4.3. Шкала оценивания тестирования

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

Процент правильных ответов	Оценка
90-100	отлично
70-89	хорошо
60-69	удовлетворительно
0-59	неудовлетворительно