

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.07.2026 15:18:22
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e256c146b8898c94e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ЭРИКСОНОВСКИЙ ГИПНОЗ В КОРРЕКЦИИ ДЕПРЕССИЙ, ТРЕВОЖНЫХ И ПОСТСТРЕССОВЫХ РАССТРОЙСТВ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Психотерапия последствий травматического опыта и кризисных состояний
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
ПК-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами	ПК-2.1 Выявляет и анализирует психологические факторы, определяющие состояние психического здоровья и уровень адаптации клиента (личности или коллектива), для формулирования консультативной гипотезы и определения стратегии помощи	знает механизмы функционирования автоматических мыслей как формы самовнушения, а также методы терапии тревожных расстройств, включая самоуправляемое расслабление, образную экспозицию и принципы формирования безопасной терапевтической среды	умеет под руководством наставника выявлять травматичные убеждения, используя методы возрастной регрессии и прогрессии, и проводить первичный анализ психологических факторов для формулирования консультативных гипотез при панике, фобиях и травматической памяти	владеет базовыми навыками применения экспозиционных и гипнотических техник для снижения тревожной симптоматики, а также первичным опытом проведения коррекционных сеансов с использованием элементов гипноза и ДПДГ под контролем специалиста
	ПК-2.2 Проводит консультативные мероприятия с использованием методов и техник выбранного психотерапевтического подхода в соответствии с заявленной проблемой и индивидуально-психологическими особенностями обратившихся			

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
ПК-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами		
Когнитивно-поведенческая гипнотерапия депрессии	Устный опрос	знает механизмы функционирования автоматических мыслей как формы самовнушения, а также методы терапии тревожных расстройств, включая самоуправляемое расслабление, образную экспозицию и принципы формирования безопасной терапевтической среды
Когнитивно-поведенческая гипнотерапия тревожных расстройств		
Экспозиционная терапия и гипноз в лечении ПТСР	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника выявлять травматичные убеждения, используя методы возрастной регрессии и прогрессии, и проводить первичный анализ психологических факторов для формулирования консультативных гипотез при панике, фобиях и травматической памяти
Гипноз и ДПДГ: работа с травмой		

	Практическое задание №2	владеет базовыми навыками применения экспозиционных и гипнотических техник для снижения тревожной симптоматики, а также первичным опытом проведения коррекционных сеансов с использованием элементов гипноза и ДПДГ под контролем специалиста
--	--------------------------------	--

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	Техника «Пошаговый подход Майкла Япко для исследования вариантов и создание эмоционально и интеллектуально разумных решений» 1. Начните процесс индукции 2. Выстраивайте набор ответов касательно выбора (например: «Вы можете выбрать, когда закрыть свои глаза... чтобы заметить, какая часть вашего тела больше всего расслаблена... когда будете читать книгу дома или готовить пищу, если вы голодны») 3. Опишите возможные точки зрения: нет единой точки зрения, какое решение принять. Можно выбрать, что легче всего достичь и что лучше всего достичь, в терминах конкретной цели 4. Продемонстрируйте альтернативные точки зрения на проблемную ситуацию. Различные точки зрения можно сгенерировать с участием клиента – в его внутреннем диалоге с помощью воображения того, что могли бы сказать или сделать другие, или даже консультируя других относительно их взглядов 5. Установите цель. Выбор лучше всего производить в связи с определенными целями. Побудите клиента рассмотреть, какая система взглядов или точка зрения являются наиболее подходящими для достижения установленной цели 6. Идентифицируйте вероятные варианты: сфокусируйте клиента на выборе стратегий по достижению цели, которые являются разумными и эффективными 7. Используйте возрастную регрессию для исследования последствий каждого выбора: «Следуйте своему решению, чтобы увидеть, где это с вами произошло куда оно приведет вас... и вы можете в деталях представить, как прошли месяцы с тех пор, как вы избрали новую дорогу и стали по ней следовать... заметьте, как это ощущается, что вы решили... и что именно это заставило вас за эти месяцы поступать по-другому... И что именно теперь у вас лучше внутри... и что именно это позволило вам сделать то, что прежде вы чувствовали себя сделать неспособным...» 8. Идентифицируйте определенные шаги действия, связанные со сделанным выбором 9. Свяжите действие с контекстом и укрепите это. Сделайте внушения, поощряющие клиента оценить различные варианты и выбрать разумный план действий, который можно выполнять пошагово для достижения целей в обычной жизни 10. Используйте постгипнотические внушения: «Вы можете приятно удивиться, насколько это станет для вас привычным... принять

	решение в соответствии с тем, что для вас самое лучшее в конечном счете... а не с тем, что самое простое на первый взгляд... и вы можете хорошо себя чувствовать от того, как быстро вы, кажется, пришли к обдуманному выводу ... и к осуществлению целеустремленного действия, которое приносит вам пользу... И помогает вам настолько лучше чувствовать себя и свою жизнь»
Практическое задание №2	Техника «Гипнотический процесс Майкла Япко для построения ожиданий» 1.Идентифицируйте цель (ожидание относительно чего конкретно?) 2.Используйте наведение, чтобы построить набор ответов 3.Используйте метафоры, иллюстрирующие неизбежность изменений 4.Предложите клиенту универсальные метафоры относительно будущих возможностей (например, будут важные изменения и достижения в медицине и технологии) 5.Отличите прошлые события от будущих возможностей 6.Предложите клиенту обратную связь относительно уместности и выполнимости его личных целей 7.Придавайте большое значение новым сегодняшним действиям, которые приведут к завтрашним улучшенным возможностям 8.Определите конкретные ресурсы человека, которые можно использовать для достижения конкретной цели 9.Введите различие между настроением и действием: чувства не должны руководить действиями 10.Придавайте значение шагам действия в качестве способа преодоления чувств сомнения или безнадёжности 11.Укрепите готовность клиента экспериментировать 12.Обобщайте ресурсы в будущие возможности: побудите клиента использовать новые навыки и в общих, и в конкретных ситуативных контекстах 13.Используйте постгипнотические внушения для обобщения и интеграции гипнотического опыта в повседневную жизнь 14.Выведите клиента из гипнотического состояния и закончите гипноз

Типовые вопросы по компетенции ПК-2:

1. Почему, согласно М. Япко, обычное логическое оспаривание мыслей при депрессии часто натывается на сопротивление клиента? Как погружение человека в эриксоновский транс помогает обойти эти барьеры и активировать его внутренние ресурсы?
2. С. Линн и И. Кирш пишут о доказательном подходе в гипнотерапии. Как концепция "ожидания ответа" помогает снизить уровень паники и тревоги у клиента во время когнитивно-поведенческого гипноза?
3. В чем заключается главная опасность проведения классической экспозиции (повторения травматического сюжета) с клиентом, у которого диагностировано ПТСР? Как техники гипнотического диссоциирования (например, "метод экрана" по Ж. Беккио) защищают клиента от ретравматизации?
4. Как можно совместить эриксоновский транс и билатеральную стимуляцию (движения глаз) из ДПДГ? На каких этапах сессии гипноз усиливает эффект переработки травмы?
5. При работе с интегративными методами с клиентами в состоянии тяжелой депрессии или суицидального риска, какие правила безопасности обязан соблюдать психолог? В каких ситуациях применение гипноза без контроля врача-психиатра категорически запрещено?

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-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами	
1	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какой из следующих методов является основным в лечении посттравматического стрессового расстройства (ПТСР)? А) Психоанализ Б) Экспозиционная терапия В) Арт-терапия Г) Групповая терапия Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих утверждений относятся к автоматическим мыслям? А) Они возникают спонтанно Б) Они всегда являются истинными В) Они могут влиять на эмоциональное состояние Г) Их можно изменить через когнитивную терапию Ответ:
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы

4	Какие из следующих техник могут быть использованы в сочетании с ДПДГ при работе с травмой? А) Эриксоновский гипноз Б) Когнитивная поведенческая терапия В) Арт-терапия Г) Психодрама Ответ:																														
4	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте когнитивные искажения с их описаниями. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Когнитивные искажения</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Описания</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Черно-белое мышление</td> <td style="text-align: center;">А</td> <td>Оценка ситуации как исключительно хорошей или плохой</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Обобщение</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Применение одного негативного опыта ко всем ситуациям</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Преувеличение негативного</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Уменьшение значимости положительного опыта</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">4</td> <td>Минимизация позитивного</td> <td style="text-align: center;">Г</td> <td>Увеличение значимости негативного опыта</td> </tr> </tbody> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td style="text-align: center;">2</td> <td style="text-align: center;">3</td> <td style="text-align: center;">4</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>			Когнитивные искажения		Описания		1	Черно-белое мышление	А	Оценка ситуации как исключительно хорошей или плохой	2	Обобщение	Б	Применение одного негативного опыта ко всем ситуациям	3	Преувеличение негативного	В	Уменьшение значимости положительного опыта	4	Минимизация позитивного	Г	Увеличение значимости негативного опыта	1	2	3	4				
Когнитивные искажения		Описания																													
1	Черно-белое мышление	А	Оценка ситуации как исключительно хорошей или плохой																												
2	Обобщение	Б	Применение одного негативного опыта ко всем ситуациям																												
3	Преувеличение негативного	В	Уменьшение значимости положительного опыта																												
4	Минимизация позитивного	Г	Увеличение значимости негативного опыта																												
1	2	3	4																												
5	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте тревожные расстройства с их описаниями. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse; margin-top: 10px;"> <thead> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Тревожное расстройство</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Описание</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Паническое расстройство</td> <td style="text-align: center;">А</td> <td>Постоянное беспокойство о различных событиях</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Социальная фобия</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Интенсивный страх перед конкретной ситуацией или объектом</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Специфическая фобия</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Внезапные эпизоды сильной тревоги и страха</td> </tr> </tbody> </table>			Тревожное расстройство		Описание		1	Паническое расстройство	А	Постоянное беспокойство о различных событиях	2	Социальная фобия	Б	Интенсивный страх перед конкретной ситуацией или объектом	3	Специфическая фобия	В	Внезапные эпизоды сильной тревоги и страха												
Тревожное расстройство		Описание																													
1	Паническое расстройство	А	Постоянное беспокойство о различных событиях																												
2	Социальная фобия	Б	Интенсивный страх перед конкретной ситуацией или объектом																												
3	Специфическая фобия	В	Внезапные эпизоды сильной тревоги и страха																												

4	Генерализованное тревожное расстройство	Г	Страх перед социальными взаимодействиями
---	---	---	--

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

6

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Сопоставьте методы с их описаниями.

Метод		Описание	
1	Возрастная регрессия	А	Изменение негативных мыслей и убеждений
2	Когнитивное реструктурирование	Б	Воссоздание прошлого опыта для его переработки
3	Экспозиционная терапия	В	Постепенное столкновение с травматическими воспоминаниями
4	Работа с воспоминаниями	Г	Возвращение к более раннему возрасту для исследования травмы

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

7

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Сопоставьте методы с их описаниями.

Метод		Описание	
1	ДПДГ	А	Использует художественные средства для выражения эмоций
2	Эриксоновский гипноз	Б	Ориентирован на изменение негативных мыслей

	<table><tr><td>3</td><td>Когнитивная терапия</td><td>В</td><td>Включает в себя десенсибилизацию через движение глаз</td></tr><tr><td>4</td><td>Арт-терапия</td><td>Г</td><td>Применяет гипнотические техники для работы с подсознанием</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>	3	Когнитивная терапия	В	Включает в себя десенсибилизацию через движение глаз	4	Арт-терапия	Г	Применяет гипнотические техники для работы с подсознанием	1	2	3	4				
3	Когнитивная терапия	В	Включает в себя десенсибилизацию через движение глаз														
4	Арт-терапия	Г	Применяет гипнотические техники для работы с подсознанием														
1	2	3	4														
8	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы когнитивно-поведенческой гипнотерапии при работе с тревожными расстройствами в правильном порядке. 1. Оценка уровня тревожности 2. Обучение техникам расслабления 3. Проведение поведенческой экспозиции 4. Когнитивная реструктуризация Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>																
9	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы работы с клиентом, страдающим от ПТСР, в правильном порядке. 1. Подготовка к экспозиции 2. Работа с воспоминаниями 3. Проведение экспозиции 4. Когнитивное реструктурирование 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 работы с клиентом, страдающим от травмы, в правильном порядке. 1. Установление доверительных отношений 2. Обучение техникам расслабления 3. Проведение сеанса ДПДГ 4. Обсуждение результатов терапии Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Тренинг самоуправляемого расслабления может помочь снизить уровень тревожности у клиентов. Ответ: Обоснование:				
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Эриксоновский гипноз может использоваться только в сочетании с традиционными психотерапевтическими методами. Ответ: Обоснование:				
13	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы работаете с клиентом, который страдает от депрессии и часто говорит о своих неудачах, не замечая положительных моментов в своей жизни. Какой подход вы бы использовали для работы с его низкой самооценкой? Ответ:				
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы работаете с клиентом, который испытывает сильную тревогу перед публичными выступлениями. Какие подходы вы бы использовали для работы с этой проблемой? Ответ:				
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы работаете с клиентом, который испытывает сильную тревогу при воспоминании о травматическом событии.				

	Какие шаги вы предпримете для подготовки его к экспозиции? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы работаете с клиентом, который испытывает трудности в переработке травматического опыта. Какие шаги вы предпримете для использования ДПДГ в этой ситуации? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Какова роль тренинга полной осознанности в предотвращении рецидива депрессии? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Какова роль образной экспозиции в лечении тревожных расстройств? Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Какова роль когнитивного реструктурирования в лечении посттравматического стрессового расстройства? Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Какова роль эриксоновского гипноза в процессе работы с травмой при использовании метода ДПДГ? Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Дайте определение когнитивно-поведенческой гипнотерапии и объясните ее применение при депрессии.
2. Назовите современные подходы к терапии депрессии и место эриксоновского гипноза в них.
3. Объясните, как автоматические мысли рассматриваются в гипнотерапии как форма самовнушения.
4. Перечислите методы работы с когнитивными искажениями в гипнотерапии.

5. Охарактеризуйте работу с самооценкой в гипнотерапии при депрессии.
6. Назовите техники формирования позитивных ожиданий в гипнотерапии.
7. Объясните принципы профилактики повторного развития депрессии в гипнотерапии.
8. Охарактеризуйте основные проявления тревожных расстройств в клинической практике.
9. Объясните применение гипноза в работе с паническими состояниями.
10. Перечислите основные методы гипнотерапии при фобиях.
11. Объясните сущность методов расслабления и саморегуляции в гипнотерапии.
12. Охарактеризуйте особенности гипнотерапии при генерализованной тревоге.
13. Опишите подготовку клиента к работе с травматическим опытом в гипнотерапии.
14. Назовите основные методы работы с травматическими воспоминаниями в гипнозе.
15. Объясните применение техник регрессии и прогрессии в гипнотерапии.
16. Охарактеризуйте использование когнитивного переструктурирования в работе с травмой.
17. Объясните возможности сочетания гипноза и методов переработки травматического опыта.
18. Назовите преимущества интегративного подхода в терапии постстрессовых расстройств.
19. Опишите основные этапы гипнотерапии при посттравматическом стрессовом расстройстве.
20. Перечислите основные критерии оценки эффективности гипнотерапии.

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	Отлично (Высокий уровень): Терапевт удерживает трансовое состояние клиента, мягко и недирективно разрушая его когнитивную ригидность; решения сформулированы самим бессознательным клиента, а не навязаны психологом. Бланк заполнен профессионально. Пороговый уровень: Терапевт сбивается на обычное бодрствующее консультирование и начинает сам подсказывать «клиенту» правильные варианты, нарушая логику трансовой работы и недирективности.

Практическое задание №2	Отлично (Высокий уровень): Безупречное наведение; точное использование возрастной прогрессии; речевые конструкции (трюизмы, двойные связи) эффективно перестраивают тревожное ожидание на соматическом и ментальном уровнях. Документация оформлена без ошибок. Пороговый уровень: Прогрессия проведена формально; терапевт использовал слишком директивные прямые внушения («Вы будете спокойны»), что вызвало сопротивление и рост тревоги у «клиента».
--------------------------------	---

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание принципов суггестивного и гипнотического воздействия, их роли в работе с травматическими и аффективными состояниями. Способен объяснять особенности работы с внутренним опытом клиента через метафоры, образы и измененные состояния сознания. Под руководством преподавателя анализирует учебные ситуации, выделяет мишени воздействия и обосновывает возможные способы применения гипнотических техник. Особое внимание уделяется мягким суггестивным техникам и использованию внутренних ресурсов клиента для стабилизации эмоционального состояния.
	Достаточный (базовый)	Студент знает основные принципы гипнотерапии и их применение в работе с эмоциональными и травматическими состояниями. Под руководством преподавателя способен анализировать типовые ситуации, выделять основные задачи и объяснять выбор методов на базовом уровне.
	Минимальный (пороговый)	Студент имеет общее представление о гипнотических методах, однако не в полной мере понимает их назначение и особенности применения. Испытывает затруднения при объяснении механизмов воздействия и выборе техник. С опорой на преподавателя способен участвовать в разборе простых ситуаций, но применяет знания фрагментарно и без устойчивой логики.
не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не понимает принципов гипнотерапии и ее применения. Не способен объяснить механизмы воздействия и соотнести методы с задачами работы. Не ориентируется в учебных ситуациях и не может предложить даже элементарные способы помощи.

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