

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2026 15:09:11
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b7c404e256c14c58898c94e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ТЕРАПИЯ ПРИНЯТИЯ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ В РАБОТЕ С ПОДРОСТКАМИ (МЕТОД DNA-V)

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Клинико-психологический подход в психотерапии и психологической коррекции детей и подростков
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 принципы функционального контекстуализма, структуру диска DNA-V (Исследователь, Наблюдатель, Советчик, Ценности), теорию реляционных фреймов и специфику формирования «Я-концепции» и автономии в подростковом возрасте	умеет под руководством наставника проводить концептуализацию случая по модели DNA-V, выявлять влияние социальных фреймов и внутреннего «Советчика» на поведение подростка, а также формулировать консультативные гипотезы, разграничивая истинные ценности клиента от навязанных групповых норм	владеет базовыми навыками реализации подростковых интервенций, приемами развития эмоциональной грамотности и эмпатии через практики «Наблюдателя», методами проведения поведенческих экспериментов «Исследователя» и первичным опытом психологического просвещения родителей по вопросам поддержки
	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		
Введение в модель Работа с ценностями подростков Навыки осознанности и позиция «Наблюдателя»	Устный опрос	знает принципы функционального контекстуализма, структуру диска DNA-V (Исследователь, Наблюдатель, Советчик, Ценности), теорию реляционных фреймов и специфику формирования «Я-концепции» и автономии в подростковом возрасте
Когнитивные процессы и внутренняя речь: работа с «Советчиком» Исследователь внутри: как пробудить интерес и	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить концептуализацию случая по модели DNA-V, выявлять влияние социальных фреймов и внутреннего «Советчика» на поведение подростка, а также формулировать консультативные гипотезы, разграничивая истинные ценности клиента от навязанных групповых норм

смелость Представления о себе Социальный контекст подростка Работа с родителями	Практическое задание №2	владеет базовыми навыками реализации подростковых интервенций, приемами развития эмоциональной грамотности и эмпатии через практики «Наблюдателя», методами проведения поведенческих экспериментов «Исследователя» и первичным опытом психологического просвещения родителей по вопросам поддержки
---	---------------------------------------	--

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	Кейс 1. Аня, 14 лет. Учится хорошо, ответственная, но часто плачет после школы. Родители описывают ее как “очень чувствительную”, “боится подвести”. В последнее время стала отказываться отвечать у доски, жалуется на головные боли, бессонницу. В младшей школе пережила эпизод, когда учительница публично высмеяла ее ошибку. Запрос от девочки психологу: «Я хочу перестать бояться ошибаться». Составьте концептуализацию случая по модели DNA-V (бланк концептуализации). Развитие какие процессов (компонентов DNA-V) будет основным направлением работы?
Практическое задание №2	Кейс 2. Кирилл, 16 лет. Родители в разводе, живет с матерью. В школе конфликтует с одноклассниками, часто провоцирует споры в мессенджерах. Отмечает чувство одиночества и раздражения. В прошлом году несколько недель не ходил в школу - говорил, что «все бессмысленно». Запрос от юноши к психологу: «Я хочу, чтобы меня не трогали, и все было спокойно». Составьте концептуализацию случая по модели DNA-V (бланк концептуализации). Развитие какие процессов (компонентов DNA-V) будет основным направлением работы?

Типовые вопросы по компетенции ПК-2:

1. Взрослый Гексафлекс (Терапия принятия и ответственности) состоит из сложных понятий вроде "когнитивное разделение" или "Селф-как-контекст". Как модель DNA-V переводит эти термины на понятный подросткам язык? Назовите 4 главные роли этой модели
2. Подросток на сессии утверждает: "Я полный лузер, у меня ничего не получится". Как с помощью модели DNA-V объяснить ему, что эта фраза - не абсолютная правда, а просто голос его внутреннего "Советчика"? Как техника экстернализации помогает отделить себя от мыслей ума?
3. Подростковый возраст - это период бурных гормональных и эмоциональных вспышек. Какую роль выполняет "Наблюдатель" (N) в этот момент и как обучение подростка навыкам сканирования тела и называния чувств помогает ему остановить симпатический взрыв аффекта?
4. Если подросток из-за страха критики сверстников или родителей закрылся дома, перестал пробовать новое и ушел в глухую изоляцию, какой компонент DNA-V заблокирован? Как через контакт с Ценностями (V) пробудить в нем смелость "Исследователя" и спланировать первый микро-эксперимент?
5. Вы заполнили бланк концептуализации для подростка, но видите, что дома его родители постоянно включают режим жесткого "Карающего Советчика" - критикуют, требуют идеальных оценок и наказывают за любые эмоции. Каковы задачи родительского коучинга в парадигме DNA-V? К чему приведет игнорирование этой мишени?

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	<i>Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ</i> Какое положение наиболее точно отражает теоретическую основу метода DNA-V?

	А) Поведенческое изменение через систему внешних подкреплений Б) Анализ бессознательных конфликтов как источника симптомов В) Понимание поведения в контексте его функций и жизненных обстоятельств Г) Коррекция когнитивных искажений как основной механизм изменений Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какова ключевая функция позиции «Наблюдателя» в модели DNA-V? А) Контроль поведения через внутренние правила Б) Оценка соответствия действий социальным ожиданиям В) Осознавание внутреннего опыта без слияния с ним Г) Формирование долгосрочных целей и планов Ответ:
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие характеристики отличают ценности от других регуляторов поведения в модели DNA-V? А) Они задают направление, а не конечную точку Б) Они могут быть полностью достигнуты и завершены В) Они связаны с переживанием смысла и значимости Г) Они формируются исключительно под влиянием взрослых Д) Они могут направлять выбор поведения в разных ситуациях Ответ:
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие проявления свидетельствуют о доминировании «Советчика» у подростка? А) Жесткие внутренние правила и самооценка Б) Гибкое отношение к собственным мыслям В) Склонность к самокритике и обесцениванию Г) Открытость к новому опыту Д) Ориентация на «долженствования» Ответ:
5	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между компонентом модели DNA-V и его функцией.

Компонент		Функция	
1	Исследователь	А	Осознание мыслей, эмоций и телесных состояний
2	Наблюдатель	Б	Определение направлений, придающих смысл поведению
3	Советчик	В	Ориентация на опыт, пробование нового и обучение через действие
4	Ценности	Г	Формирование правил, оценок и интерпретаций

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между процессом и его содержанием.

Процесс		Содержание	
1	Когнитивное слияние	А	Дистанцирование от мыслей и снижение их влияния
2	Дефузия	Б	Погруженность в мысли как в объективную реальность
3	Осознанность	В	Готовность замечать внутренние переживания
4	Избегание опыта	Г	Стремление избегать неприятных эмоций и состояний

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

7

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Установите соответствие между задачей терапии и интервенцией.

Задача терапии		Интервенция	
1	Развитие осознанности	А	Прояснение значимых направлений жизни
2	Работа с ценностями	Б	Практики дистанцирования от внутреннего диалога
3	Активация исследовательского поведения	В	Поведенческие эксперименты и пробование нового
4	Снижение влияния самокритики	Г	Упражнения на наблюдение за мыслями и телесными ощущениями

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Расположите этапы работы с ценностями подростка.

1. Связывание ценностей с конкретным поведением
2. Исследование значимого и важного для подростка
3. Уточнение различий между ценностями и целями
4. Поддержка устойчивого следования ценностям

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Расположите этапы развития навыка осознанности.

1. Замечание мыслей и эмоций
2. Формирование позиции наблюдения
3. Практика удержания внимания

	4. Интеграция навыка в повседневность <i>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</i> <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Расположите этапы работы с «Советчиком». 1. Осознание внутреннего диалога 2. Выявление правил и установок 3. Освоение техник дистанцирования 4. Применение гибких поведенческих стратегий <i>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</i> <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 В модели DNA-V поведение рассматривается в контексте его функции и жизненной ситуации подростка. Ответ: Обоснование:				
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Работа с ценностями направлена на формирование жестких жизненных целей. Ответ: Обоснование:				
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Развитие позиции «Наблюдателя» способствует снижению реактивности поведения. Ответ: Обоснование:				
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы				

	Клиент, мальчик 15 лет. Часто отказывается от новых видов деятельности, объясняя это мыслями «у меня не получится» и «это не для меня». Избегает ситуаций, где возможна оценка со стороны сверстников. Какие процессы модели DNA-V наиболее выражены в данной ситуации и какое направление работы является приоритетным? Ответ:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент, девочка 14 лет. Демонстрирует выраженную самокритику, часто использует формулировки «я должна», «я обязана», испытывает напряжение при несоответствии ожиданиям. Как можно концептуализировать влияние «Советчика» и какие интервенции будут уместны? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент, мальчик 13 лет. Затрудняется ответить на вопросы о том, что для него важно, ориентируется преимущественно на мнение друзей и родителей. Какие стратегии работы с ценностями целесообразно использовать? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент, девочка 16 лет. Отмечает частые эмоциональные колебания, стремится избегать неприятных переживаний, отвлекается на социальные сети. Какую роль играет избегание опыта в данной ситуации и какие навыки следует развивать? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Раскройте концепцию четырех граней внутреннего опыта в модели DNA-V и их взаимосвязь в регуляции поведения подростка. Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Обоснуйте значение работы с ценностями как центрального элемента терапии принятия и ответственности в подростковом возрасте. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Проанализируйте влияние социального контекста на формирование ценностей и поведенческих стратегий подростка в рамках модели DNA-V.

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Что такое функциональный контекстуализм и как он связан с терапией принятия и ответственности?
2. Каковы основные компоненты модели DNA-V и какую роль они играют в работе с подростками?
3. В чем заключается отличие между ценностями, целями, нормами и желаниями в контексте модели DNA-V?
4. Почему подросткам может быть трудно формулировать свои ценности, и какие подходы могут помочь им в этом?
5. Как социальное окружение влияет на формирование ценностей подростков?
6. Какова роль навыков осознанности в модели DNA-V и как они могут помочь подросткам?
7. Что такое позиция "Наблюдателя" в контексте практик осознанности, и как она может быть применена в работе с подростками?
8. Как концепция реляционных фреймов помогает понять внутреннюю речь подростка?
9. Каковы потенциальные негативные последствия чрезмерного следования внутреннему "Советчику" и как можно помочь подростку отделиться от него?
10. Какие методы можно использовать для развития гибкости мышления у подростков в рамках терапии принятия и ответственности?
11. Каковы основные препятствия, мешающие развитию исследовательского поведения у подростков?
12. Какие упражнения можно использовать для активации исследовательского поведения у подростков?
13. Как поведенческие эксперименты способствуют формированию гибкости мышления у подростков?
14. Как роли Советчик, Наблюдатель и Исследователь влияют на формирование «я-концепции» подростка?
15. Какие методы можно использовать для поддержки самооценки подростка при внутреннем конфликте?
16. Как социальные фреймы влияют на мышление и поведение подростков?
17. Какие навыки можно развивать у подростков через практику Наблюдатель и Исследователь?
18. Как объяснить родителям основные принципы модели DNA-V в контексте работы с подростками?
19. Как вести разговор с родителями о значении гибкости и эмоций в жизни подростка?
20. Какие совместные практики DNA-V могут быть полезны для семейной терапии?

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	Пример заполнения бланка концептуализации (образец): Советчик : формирует установки “ошибаться - стыдно”, “я должна быть идеальной”. Наблюдатель: слабо развит - Аня не замечает ранние телесные сигналы тревоги, только последствия. Исследователь: подавлен - избегает нового опыта, не пробует, боится оценки. Ценности : стремится к признанию и развитию, но связь с ценностями потеряна под давлением страха ошибки. Самовосприятие: Аня видит себя «той, которая должна все делать правильно», ее самовосприятие сформировано вокруг идеи, что ошибки - это подтверждение ее несостоятельности. Высокая самокритика, трудно замечать свои состояния без оценки, опыт успеха не интегрируется, достижения не влияют на самоуважение. Социальное восприятие: школа воспринимается как пространство для оценки, социальному восприятию характерна настороженность. Гиперчувствительность к социальным сигналам, предвосхищение стыда, стремление соответствовать ожиданиям, зависимость от внешнего одобрения. Социальное восприятие усиливает поведенческое избегание, подтверждая замкнутый круг тревоги. Мишени работы заключаются в развитии следующих навыков и функций (образец): Наблюдатель - учить замечать эмоции и телесные реакции без оценки. Исследователь - поддерживать экспериментирование, пробование нового через безопасные микро-шаги. Советчик - когнитивная диффузия, нормализация ошибок. Восстановление контакта с Ценностями обучения и развития (а не только оценок). Самовосприятие – работа на расширение и гибкость образа себя (разъединение с негибкими и жесткими историями о себе, формирование самосострадания, интеграция опыта успеха в образ себя). Социальное восприятие – снижение воспринимаемой угрозы в социальных контактах, формирование более здорового отношения к оценке, выход из социального избегания (небольшие безопасные эксперименты).
Практическое задание №2	Пример заполнения бланка концептуализации (образец): Советчик : активен, наполнен идеями “все против меня”, “лучше первым нападать”. Наблюдатель: недостаточно развит, не замечает внутреннего напряжения до вспышки. Исследователь: направлен на риск, пробует, но с разрушительным результатом, не умеет исследовать безопасно. Ценности: потребность в принятии, принадлежности и взаимопонимании искажена в форму защиты через агрессию. Самовосприятие: мало контакта с уязвимой частью себя, слияние с образом «злого/сильного», «я один». Социальное восприятие: мир опасный, люди как источник боли, гипернастороженность как итог прошлых потерь, конфликт как способ держать дистанцию и предотвратить отвержение. Мишени работы заключаются в развитии следующих навыков и функций (образец): Наблюдатель - развитие осознанности, навыки телесного сканирования, паузы перед действиями. Исследователь - перенаправление энергии в конструктивное исследование: интересы, спорт, общение и тп. Советчик - изучение того, как используется прошлый опыт развода для объяснения настоящего, замечать автоматические предсказания,

	разъединение с негативными нарративами. Восстановить контакт с Ценностями отношений – дружба, поддержка, уважение. Самовосприятие – расширение образа себя, открыть доступ к восприятию образа себя как человека, который чувствует, имеет потребности, переживает, работа с разделением идеи «быть сильным = быть жестким», формирование многогранного образа себя. Социальное восприятие – преодоление идеи о людях как опасных, не понимающих и не поддерживающих, тренировка замечать разные социальные сигналы, инициирование небольших позитивных социальных контактов.
--	--

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание теоретических основ и механизмов психотерапевтических подходов, применяемых в работе с детьми и подростками. Способен объяснять причины формирования эмоциональных и поведенческих трудностей и обосновывать выбор методов вмешательства. Под руководством преподавателя анализирует учебные ситуации, выделяет мишени терапии и предлагает последовательные направления работы с учетом возрастных особенностей клиента. Особое внимание уделяется развитию ценностно-ориентированного поведения и навыков осознанного выбора у подростков.
	Достаточный (базовый)	Студент знает основные принципы и методы психотерапевтических подходов, понимает их назначение и область применения. Под руководством преподавателя способен анализировать типовые ситуации, выделять ключевые трудности клиента и соотносить их с возможными методами помощи. Может объяснить выбор подхода и предложить общее направление работы, допуская упрощения и ограниченность в глубине анализа.
	Минимальный (пороговый)	Студент воспроизводит отдельные представления о психотерапевтических подходах, однако не всегда понимает их различия и область применения. Испытывает затруднения при анализе состояния клиента и выборе методов работы. С опорой на преподавателя способен участвовать в обсуждении простых случаев, частично выделять проблемы и предлагать отдельные элементы помощи, но не формирует целостной стратегии.
не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не демонстрирует понимания теоретических основ психотерапевтических подходов и их применения. Не способен анализировать состояние клиента и соотносить его с методами помощи. Не ориентируется в учебных ситуациях, не может предложить даже элементарные направления работы. Ответы носят несистемный характер и не отражают освоения дисциплины.

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