

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.07.2026 15:32:40
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da576404e156c146b8896094



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

БАЗОВЫЕ ТЕХНИКИ ЭРИКСОНОВСКОГО ГИПНОЗА

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		
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 роль бессознательного в гипнотическом процессе, фазы микродинамики транса и механизмы возникновения гипнотических феноменов, используемых для активации внутренних ресурсов личности	умеет под руководством наставника проводить анализ психологических проблем клиента через наблюдение за признаками трансовых состояний, формулировать консультативные гипотезы и подбирать стандартные техники наведения для работы с актуальным запросом	владеет базовыми навыками построения ресурсных трансов, приемами активизации бессознательного поиска решений и начальным опытом обучения клиентов простейшим техникам самогипноза и саморегуляции для закрепления терапевтических изменений
	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		
Определение гипноза. История и эволюция подходов Понятие бессознательного и транса. Виды транса Идеодинамические механизмы и их терапевтический потенциал Калибровка, подстройка и ведение в гипнотерапии Структура гипнотического сеанса. Наведение и углубление транса Особенности трансовой речи. Утилизация и неопределенные слова Ресурсный транс как основа изменений	Устный опрос	знает роль бессознательного в гипнотическом процессе, фазы микродинамики транса и механизмы возникновения гипнотических феноменов, используемых для активации внутренних ресурсов личности
	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить анализ психологических проблем клиента через наблюдение за признаками трансовых состояний, формулировать консультативные гипотезы и подбирать стандартные техники наведения для работы с актуальным запросом

Классификация внушений и принципы их использования Косвенные внушения: структура, примеры и варианты построения Микродинамика транса и феномены бессознательного Наведение и углубление транса: базовые техники Пальцевый идеомоторный сигналинг Самогипноз и его структура Устранение осложнений при трансовой работе	Практическое задание №2	владеет базовыми навыками построения ресурсных трансов, приемами активизации бессознательного поиска решений и начальным опытом обучения клиентов простейшим техникам самогипноза и саморегуляции для закрепления терапевтических изменений
--	--------------------------------	--

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	В парах. Один участник калибрует микродвижения, темп речи и дыхание партнера. После установления подстройки пробует повести клиента, меняя свое состояние и наблюдая за синхронностью.
Практическое задание №2	Индивидуальное упражнение. Один студент фокусирует внимание партнера на дыхании или движении руки, вводит его в транс, используя утилизацию и мягкую речевую подстройку. Завершает процесс реориентацией.

Типовые вопросы по компетенции ПК-2:

1. В эриксоновском гипнозе отношение к бессознательному отличается от классического психоанализа. Как Милтон Эриксон объяснял роль бессознательного в решении проблем клиента? Почему в трансе мы не ищем скрытые детские травмы, а активируем "ресурсы"?
2. Представьте, что вы начали говорить с партнером мягким, размеренным голосом. По каким внешним признакам в его теле и поведении (калибровке) вы поймете, что он начинает погружаться в трансовое состояние? Назовите 3-4 явных маркера.
3. Что такое принцип "утилизации" в эриксоновском гипнозе? Как терапевт может использовать случайную помеху во время сеанса - например, громкий стук в коридоре или внезапный кашель самого клиента - чтобы углубить транс, а не испортить сессию?

4. В трансовой речи Милтона Эриксона часто используются абстрактные, неопределенные слова (например, "какой-то опыт", "некое приятное воспоминание"). Зачем психологу говорить так туманно вместо того, чтобы назвать конкретную вещь? Как это помогает обойти сопротивление клиента?
5. Вы завершаете сеанс и проводите реориентацию (вывод из транса), но клиент продолжает сидеть с закрытыми глазами, улыбается и не хочет возвращаться в реальность. Означает ли это, что он "застрял в гипнозе"? Какие мягкие приемы вы используете, чтобы бережно вернуть его в кабинет?

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **зачет с оценкой**

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 феноменов относится к идеомоторным феноменам? А) Воспоминания о позитивных событиях Б) Непроизвольные движения частей тела В) Визуализация образов Г) Эмоциональные реакции на слова Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какой из следующих феноменов относится к микродинамике транса?

	А) Устойчивость к изменениям Б) Депотенциализация сознания В) Прямое внушение клиенту Г) Использование только визуальных образов Ответ:																
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих техник используются для наведения транса? А) Фиксация внимания Б) Внушение через прямые команды В) Утилизация Г) Применение метафор Ответ:																
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих техник относятся к косвенным внушениям? А) Вопросы Б) Трюизмы В) Прямые команды Г) Инвертированные формулировки Ответ:																
5	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте виды транса с их характеристиками. <table><tr><th colspan="2">Виды транса</th><th colspan="2">Характеристика</th></tr><tr><td>1</td><td>Повседневный транс</td><td>А</td><td>Состояние, в котором человек может выполнять действия, не осознавая их полностью</td></tr><tr><td>2</td><td>Углубленный транс</td><td>Б</td><td>Обычное состояние, которое возникает в повседневной жизни (например, во время чтения или вождения)</td></tr><tr><td>3</td><td>Сомнамбулический транс</td><td>В</td><td>Состояние, которое достигается через специальные техники углубления транса</td></tr></table>	Виды транса		Характеристика		1	Повседневный транс	А	Состояние, в котором человек может выполнять действия, не осознавая их полностью	2	Углубленный транс	Б	Обычное состояние, которое возникает в повседневной жизни (например, во время чтения или вождения)	3	Сомнамбулический транс	В	Состояние, которое достигается через специальные техники углубления транса
Виды транса		Характеристика															
1	Повседневный транс	А	Состояние, в котором человек может выполнять действия, не осознавая их полностью														
2	Углубленный транс	Б	Обычное состояние, которое возникает в повседневной жизни (например, во время чтения или вождения)														
3	Сомнамбулический транс	В	Состояние, которое достигается через специальные техники углубления транса														

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Сопоставьте элементы структуры гипнотического сеанса с их описанием.

Элементы структуры гипнотического сеанса		Описание	
1	Установка	А	Процесс возвращения клиента к обычному состоянию сознания
2	Индукция	Б	Создание безопасного контекста для работы
3	Терапевтическая фаза	В	Наведение состояния транса через специальные техники
4	Вывод из транса	Г	Основная работа по достижению терапевтических целей

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Сопоставьте виды внушений с их описанием.

Виды внушений		Описание	
1	Прямое внушение	А	Использует риторические фигуры для воздействия на клиента
2	Косвенное внушение	Б	Направлено на конкретные действия или изменения в состоянии клиента
3	Открытое внушение	В	Включает метафоры и вопросы для создания ассоциаций

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

	<table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	1	2	3																			
1	2	3																					
8	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте виды косвенных внушений с их примерами. <table border="1"> <tr> <th colspan="2">Виды косвенных внушений</th> <th colspan="2">Примеры</th> </tr> <tr> <td>1</td> <td>Вопросы</td> <td>А</td> <td>"Вы можете заметить, как ваше тело расслабляется."</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Трюизмы</td> <td>Б</td> <td>"Не думайте о том, как вам не хочется расслабляться."</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Инвертированные формулировки</td> <td>В</td> <td>"Как вы себя чувствуете в этот момент?"</td> </tr> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Виды косвенных внушений		Примеры		1	Вопросы	А	"Вы можете заметить, как ваше тело расслабляется."	2	Трюизмы	Б	"Не думайте о том, как вам не хочется расслабляться."	3	Инвертированные формулировки	В	"Как вы себя чувствуете в этот момент?"	1	2	3			
Виды косвенных внушений		Примеры																					
1	Вопросы	А	"Вы можете заметить, как ваше тело расслабляется."																				
2	Трюизмы	Б	"Не думайте о том, как вам не хочется расслабляться."																				
3	Инвертированные формулировки	В	"Как вы себя чувствуете в этот момент?"																				
1	2	3																					
9	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы гипнотического сеанса от начала до конца. 1. Индукция 2. Терапевтическая фаза 3. Вывод из транса 4. Установка Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>																						
10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы самогипноза от начала до конца.																						

	1. Релаксация 2. Формулирование цели 3. Наведение 4. Терапевтическая работа 5. Выход и закрепление Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Все виды транса являются эквивалентными состояниями и могут использоваться взаимозаменяемо в терапии. Ответ: Обоснование:
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Эриксоновский гипноз не может использоваться для работы с позитивными воспоминаниями. Ответ: Обоснование:
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Косвенные внушения всегда менее эффективны, чем прямые. Ответ: Обоснование:
14	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Пальцевый идеомоторный сигналинг используется только для диагностики состояния клиента. Ответ: Обоснование:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент сообщает вам, что не чувствует себя комфортно во время индукции транса.

	Каковы ваши действия? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Во время сеанса вы заметили, что клиент начинает терять концентрацию. Какие шаги вы предпримете для активации его внимания? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент сообщает вам о том, что он застрял в состоянии транса и не может выйти из него самостоятельно. Каковы ваши действия? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Какое значение имеют зеркальные нейроны в процессе эриксоновской психотерапии? Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные принципы формирования терапевтической речи в эриксоновском гипнозе? Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Какова роль визуализации в процессе самогипноза? Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Определите гипноз и охарактеризуйте ключевые различия между классическим и эриксоновским подходами в гипнотерапии.
2. Опишите изменения роли терапевта и степени активности клиента в развитии гипнотерапевтических подходов от классической модели к эриксоновской.

3. Объясните роль бессознательного в эриксоновском гипнозе и различите трансовое состояние и обычное состояние расслабления.
4. Охарактеризуйте основные виды транса и опишите наблюдаемые внешние и внутренние признаки трансового состояния.
5. Дайте определение калибровки и подстройки и объясните, какие поведенческие признаки клиента используются для их выполнения.
6. Опишите роль идеодинамических процессов и приведите примеры идеомоторных, идеосенсорных и идеоаффективных реакций.
7. Охарактеризуйте структуру гипнотической сессии и назначение основных этапов: установление безопасности, наведение транса, терапевтическая работа и завершение.
8. Назовите базовые методы наведения и углубления транса и объясните их значение в учебной практике.
9. Объясните принципы построения трансовой речи и роль неопределенных формулировок и утилизации в гипнотерапии.
10. Охарактеризуйте требования к безопасности при проведении гипнотерапевтической сессии в учебных условиях.
11. Дайте определение прямых и косвенных внушений и объясните их различия по форме и терапевтической функции.
12. Опишите языковые приемы формирования терапевтической речи в эриксоновском гипнозе.
13. Приведите примеры косвенных внушений и объясните роль вопросов и трюизмов в работе с сопротивлением.
14. Охарактеризуйте двойственные и инвертированные речевые конструкции и условия их применения.
15. Опишите вербальные и невербальные способы усиления эффективности внушения в гипнотерапии.
16. Охарактеризуйте микродинамику транса и объясните последовательность перехода от фиксации внимания к бессознательной активности.
17. Назовите основные эффекты и риски применения метафор, замешательства и перегрузки в наведении транса.
18. Опишите базовые техники углубления транса и обоснуйте их использование в учебной практике.
19. Охарактеризуйте идеомоторную сигнальную систему «да–нет» и опишите порядок ее построения и проверки.
20. Опишите безопасные способы завершения транса и предотвращения нежелательных эффектов в учебной практике.

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	Понимание процесса калибровки и ведения: способность студента объяснить, что такое калибровка и ведение в контексте НЛП; знание этапов и методов калибровки, а также умение последовательно применять их. Навыки наблюдения и калибровки: способность студента внимательно наблюдать за микродвижениями, темпом речи и дыханием партнера; умение точно калибровать невербальные сигналы и определять уровень подстройки. Навыки подстройки и синхронизации: способность студента эффективно подстраиваться под партнера, синхронизируя свое поведение с его микродвижениями, темпом речи и дыханием; умение поддерживать раппорт и вести партнера через процесс подстройки. Контроль за состоянием партнера: способность студента отслеживать состояние партнера и определять, когда подстройка достигнута; умение адаптировать свои действия в зависимости от реакции партнера и поддерживать его в состоянии раппорта. Ведение и изменение состояния: способность студента изменять свое состояние и наблюдать, следует ли за ним партнер; умение вести партнера через изменения состояния, сохраняя при этом раппорт и комфортное взаимодействие. Рефлексия и самоанализ: способность студента анализировать свой опыт выполнения задания, выявлять свои сильные и слабые стороны; умение рефлексировать о своем подходе к калибровке и ведению и определять области для дальнейшего развития.
Практическое задание №2	Понимание процесса наведения транса: способность студента объяснить, что такое транс и как он достигается; знание этапов наведения транса и умение их последовательно применять. Навыки фиксации внимания: способность студента эффективно фиксировать внимание партнера на дыхании или движении руки; умение поддерживать фокус внимания и предотвращать его рассеивание. Использование утилизации и речевой подстройки: способность студента использовать утилизацию для усиления эффекта наведения транса; умение применять мягкую речевую подстройку, чтобы поддерживать раппорт и вести партнера через процесс наведения транса. Контроль за состоянием партнера: способность студента отслеживать состояние партнера и определять, когда он достигает трансового состояния; умение адаптировать свои действия в зависимости от реакции партнера и поддерживать его в трансе. Завершение процесса и реориентация: способность студента правильно завершить процесс наведения транса и провести реориентацию партнера; умение убедиться, что партнер чувствует себя комфортно и возвращается к обычному состоянию бодрствования. Рефлексия и самоанализ: способность студента анализировать свой опыт выполнения задания, выявлять свои сильные и слабые стороны; умение рефлексировать о своем подходе к наведению транса и определять области для дальнейшего развития.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено/отлично	Высокий (продвинутый)	
зачтено/хорошо	Достаточный (базовый)	
зачтено/удовлетворительно	Минимальный (пороговый)	
не зачтено/неудовлетворительно	Недостаточный (ниже минимального)	

4.3. Шкала оценивания тестирования

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

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