

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.07.2026 14:38:03
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b76404be75b6646b8896094e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОСНОВЫ ПСИХОТЕРАПИИ ПСИХОСОМАТИЧЕСКИХ РАССТРОЙСТВ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Практическая психология: клинико-психологический подход
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
ПК-3 Способен осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития с использованием разнообразных методов и техник индивидуальной, групповой и семейной психотерапии и консультирования	ПК-3.1 Осуществляет комплексную клинико-психологическую диагностику и планирование вмешательства, направленного на выявление причин дезадаптации, психопатологических и эмоциональных нарушений, с последующей разработкой индивидуальных и групповых программ реабилитации и профилактики	знает механизмы возникновения психосоматических расстройств, этиологию алекситимии и специфику психологических факторов при сердечно-сосудистых, дыхательных, гастроэнтерологических и других системных заболеваниях	умеет под руководством наставника проводить диагностику алекситимических проявлений, формулировать простые стратегии вмешательства для работы с негативными чувствами и планировать этапы психологического сопровождения для различных возрастных групп	владеет базовыми навыками реализации комплексных психотерапевтических планов, приемами коррекции психосоматических симптомов и первичным опытом мониторинга динамики состояния клиента для оценки эффективности применяемых стратегий в междисциплинарном контексте
	ПК-3.2 Реализует психотерапевтические интервенции с использованием широкого спектра клинических методов и техник, включая мониторинг динамики состояния клиента и оценку эффективности психологической помощи в междисциплинарном контексте			

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
ПК-3 Способен осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития с использованием разнообразных методов и техник индивидуальной, групповой и семейной психотерапии и консультирования		
Психосоматические расстройства: механизмы развития, симптоматика, стратегии психотерапии	Устный опрос	знает механизмы возникновения психосоматических расстройств, этиологию алекситимии и специфику психологических факторов при сердечно-сосудистых, дыхательных, гастроэнтерологических и других системных заболеваниях
Работа с алекситимией	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить диагностику алекситимических

		проявлений, формулировать простые стратегии вмешательства для работы с негативными чувствами и планировать этапы психологического сопровождения для различных возрастных групп
	Практическое задание №2	владеет базовыми навыками реализации комплексных психотерапевтических планов, приемами коррекции психосоматических симптомов и первичным опытом мониторинга динамики состояния клиента для оценки эффективности применяемых стратегий в междисциплинарном контексте

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	Просмотр фильма и чтение текста. В качестве домашнего задания студентам предлагается посмотреть фильм 1968 года «Любить» (реж. М. Калик) и прочитать «Песнь песней» из Ветхого Завета. Обсуждение фильма: Основная тема каждой новеллы. Студенты обсуждают основные темы, поднимаемые в каждой новелле фильма. Отражение чувства любви в поступках героев. Анализ того, как чувство любви проявляется в действиях и решениях персонажей. Чувство любви и другие эмоциональные явления в новелле. Обсуждение различных эмоций, связанных с любовью, и их роли в сюжете. Мотивы новеллы и ее связь с «Песнь песней». Анализ связи между мотивами новеллы и текстом «Песнь песней», выявление общих тем и идей. Анализ документальной части: Тема основной линии. Определение основной темы документальной части фильма. Связь основной линии с «Песнь песней». Анализ связи между основной линией документальной части и «Песнь песней». Финальная сцена как отражение линии фильма. Обсуждение финальной сцены и ее роли в обобщении основных идей фильма. Техника «Любить – это...» Студенты используют технику «Любить – это...», чтобы выразить свое понимание и восприятие любви. Шеринг. Обсуждение впечатлений, мыслей и выводов, полученных в ходе выполнения задания. Студенты делятся своими мыслями и чувствами с группой.
Практическое задание №2	Изучение методов диагностики эмоционального выгорания. Ознакомьтесь с подходами к диагностике эмоционального выгорания по методикам Маслач-Джексона и В. Бойко. Понимание этих методов поможет вам лучше воспринимать и анализировать результаты тестирования.

	Прохождение экспресс-тестирования. Пройдите тестирование на уровень профессионального выгорания с помощью опросника Маслач-Джексона, предназначенного для медработников. Отвечайте на вопросы честно и открыто, стараясь не пропускать ни одного. Анализ результатов. После прохождения теста проанализируйте полученные результаты. Обратите внимание на основные показатели, такие как эмоциональное истощение, деперсонализация и редукция персональных достижений. Оцените, какие из этих показателей наиболее выражены у вас. Рефлексия. Поразмышляйте о том, как результаты теста соотносятся с вашим текущим эмоциональным состоянием и профессиональной деятельностью. Подумайте, есть ли у вас желание или необходимость внести какие-либо изменения в свою рабочую практику или способы саморегуляции. Обсуждение результатов. Поделитесь своими мыслями и чувствами по поводу результатов теста с преподавателем или группой. Обсудите, какие выводы вы сделали и какие шаги планируете предпринять для профилактики или преодоления эмоционального выгорания.
--	---

Типовые вопросы по компетенции ПК-3:

1. Как вы понимаете термин "алекситимия"? Почему человеку, который не умеет распознавать и называть свои чувства, гораздо тяжелее справляться со стрессом, и как этот дефицит слов приводит к появлению реальных болезней в теле (соматизации)?
2. Опираясь на ваш опыт анализа фильма "Любить" и "Песни песней", как художественные образы, метафоры и киноязык помогают психологу "разговорить" соматического клиента? Почему прямые вопросы вроде "Что вы сейчас чувствуете?" часто вызывают у таких людей ступор?
3. В чем принципиальная разница между взглядом К. Маслач и В. Бойко на эмоциональное выгорание? Если вам нужно понять, на каком именно этапе защиты находится истощенный клиент (только начинает защищаться или его организм уже сдался), какую из этих методик вы выберете и почему?
4. Как выгорание на работе связано с психосоматикой? В какой момент (на какой фазе по Бойко или при каком симптоме по Маслач) хронический стресс перестает быть просто усталостью и начинает разрушать физиологию человека (вызывать гастриты, скачки давления, головные боли)?
5. Если к вам пришел клиент с психосоматическим расстройством, с чего вы начнете работу - с попыток сразу убрать телесный симптом или с обучения его навыкам осознания своих эмоций? Каких ошибок должен избегать психолог, чтобы терапия не превратилась в банальное самовнушение?

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-3 Способен осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития с использованием разнообразных методов и техник индивидуальной, групповой и семейной психотерапии и консультирования	
1	Инструкция: прочитайте текст, выберите правильный ответ Что из перечисленного является основным признаком алекситимии? А) Невозможность выражать и идентифицировать эмоции Б) Чрезмерная эмоциональная экспрессия В) Способность к глубокому саморефлексированию Г) Высокий уровень эмоционального интеллекта Ответ:
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих характеристик личности типичны для психосоматических клиентов? А) Алекситимия Б) Высокая эмоциональная устойчивость В) Проблемная самооценка Г) Инфантильность Ответ:

3

Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы

Какие из следующих методов могут помочь в коррекции алекситимии?

А) Когнитивно-поведенческая терапия
Б) Арт-терапия
В) Психодрама
Г) Психофармакология

Ответ:

4

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Сопоставьте методы психотерапии с их описанием.

Методы психотерапии		Описание	
1	Метод Бутейко	А	Система упражнений для восстановления дыхания с акцентом на носовое дыхание
2	Дыхательная гимнастика Стрельниковой	Б	Метод, основанный на контроле глубины и частоты дыхания

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2

5

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Сопоставьте методы диагностики алекситимии с их описанием.

Методы диагностики алекситимии		Описание	
1	Тест на алекситимию (ТА)	А	Используется для оценки способности распознавать и управлять эмоциями
2	Опросник эмоционального интеллекта (ОЭИ)	Б	Позволяет выявить трудности в идентификации эмоций через самоотчеты
3	Интервью по жизненным событиям	В	Помогает понять влияние травматических событий на эмоциональную сферу

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

	<table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	1	2	3																			
1	2	3																					
6	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте авторов с их вкладом в изучение алекситимии. <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <th colspan="2" style="text-align: center;">Автор</th> <th colspan="2" style="text-align: center;">Вклад в изучение алекситимии</th> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">1</td> <td>Сифнеос</td> <td style="text-align: center;">А</td> <td>Исследование связи между эмоциями и психосоматикой</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">2</td> <td>Тхостов А.Ш.</td> <td style="text-align: center;">Б</td> <td>Разработка концепции алекситимии как симптомокомплекса</td> </tr> <tr> <td style="text-align: center;">3</td> <td>Николаева В.В.</td> <td style="text-align: center;">В</td> <td>Вклад в понимание механизмов эмоционального реагирования</td> </tr> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="width: 33%; text-align: center;">1</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">2</td> <td style="width: 33%; text-align: center;">3</td> </tr> <tr> <td style="height: 30px;"></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Автор		Вклад в изучение алекситимии		1	Сифнеос	А	Исследование связи между эмоциями и психосоматикой	2	Тхостов А.Ш.	Б	Разработка концепции алекситимии как симптомокомплекса	3	Николаева В.В.	В	Вклад в понимание механизмов эмоционального реагирования	1	2	3			
Автор		Вклад в изучение алекситимии																					
1	Сифнеос	А	Исследование связи между эмоциями и психосоматикой																				
2	Тхостов А.Ш.	Б	Разработка концепции алекситимии как симптомокомплекса																				
3	Николаева В.В.	В	Вклад в понимание механизмов эмоционального реагирования																				
1	2	3																					
7	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы психотерапевтической работы при синдроме раздраженного кишечника от первого к последнему. 1. Проведение когнитивно-поведенческой терапии 2. Определение триггеров стресса 3. Оценка прогресса 4. Обучение методам релаксации Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table border="1" style="margin-left: auto; margin-right: auto;"> <tr> <td style="width: 25%; height: 30px;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> <td style="width: 25%;"></td> </tr> </table>																						
8	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа																						

	Гипервентиляционный синдром может вызывать панические атаки и тревожные расстройства. Ответ: Обоснование:
9	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Балинтовские группы помогают медперсоналу справляться с эмоциональным выгоранием через групповую терапию и обсуждение профессиональных проблем. Ответ: Обоснование:
10	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Алекситимия может быть связана с психосоматическими расстройствами. Ответ: Обоснование:
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Алекситимия всегда требует медикаментозного лечения для коррекции. Ответ: Обоснование:
12	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Вы проводите диагностическую беседу с клиентом, который жалуется на хроническую боль в спине. Какие ключевые вопросы вы бы задали для выявления возможных психосоматических причин его состояния? Ответ:
13	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент с бронхиальной астмой жалуется на учащение приступов удушья при стрессовых ситуациях. Какие рекомендации вы могли бы дать этому клиенту для управления его состоянием? Ответ:
14	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Медсестра замечает, что она стала более раздражительной и менее отзывчивой к клиентам. Она чувствует постоянную усталость и не может справиться с рабочими обязанностями.

	Какие шаги она может предпринять для борьбы с эмоциональным выгоранием? Ответ:
15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиент приходит на консультацию с жалобами на хроническую усталость и проблемы со сном. Он не может объяснить, что именно его беспокоит, и говорит, что «просто чувствует себя плохо». Какой подход вы бы использовали для диагностики алекситимии? Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Клиентка приходит на консультацию и говорит, что у нее нет никаких чувств по отношению к важным событиям в жизни, включая радостные моменты. Какую технику вы могли бы предложить ей для начала работы? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Опишите основные механизмы возникновения психосоматических расстройств в контексте био-психо-социальной модели. Как эта модель помогает в выборе терапевтических стратегий? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Опишите методы диагностики эмоционального выгорания по В. Бойко. Как они могут быть полезны для медперсонала? Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Опишите, как принцип био-психо-социо-духовной модели может быть применен в работе с клиентами, страдающими от алекситимии. Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные принципы работы с клиентом, страдающим от алекситимии? Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Дайте определение психосоматических расстройств и опишите основные психологические механизмы их формирования.
2. Назовите основные психосоматические заболевания и охарактеризуйте связь между их проявлениями и психологическими факторами.
3. Охарактеризуйте значение психоаналитических моделей в понимании психосоматических расстройств.
4. Опишите влияние семьи и социального окружения на развитие психосоматических расстройств.
5. Дайте характеристику био-психо-социально-духовной модели развития психосоматической патологии.
6. Перечислите основные методы психодиагностики психосоматических расстройств.
7. Охарактеризуйте этапы диагностической беседы при работе с психосоматическими клиентами.
8. Опишите роль психологического тестирования в диагностике психосоматических расстройств.
9. Дайте определение интегративного подхода в психотерапии психосоматических расстройств.
10. Назовите основные направления психотерапии, используемые в работе с психосоматическими расстройствами.
11. Охарактеризуйте понятие «мышечный панцирь» и его связь с психосоматическими нарушениями.
12. Опишите основные принципы телесно-ориентированного подхода в работе с психосоматическими расстройствами.
13. Перечислите основные релаксационные техники, применяемые при психосоматических расстройствах.
14. Охарактеризуйте роль дыхательных и суггестивных техник в психотерапии психосоматических расстройств.
15. Дайте характеристику психологических особенностей клиентов с гипертонической болезнью.
16. Опишите психологические факторы, связанные с бронхиальной астмой, и их значение для психотерапии.
17. Перечислите психологические факторы, способствующие развитию язвенной болезни желудка и синдрома раздраженного кишечника.
18. Охарактеризуйте роль психотерапии при расстройствах пищевого поведения.
19. Дайте определение алекситимии и опишите ее основные психологические проявления.
20. Перечислите основные психосоматические проявления профессионального выгорания и охарактеризуйте его значение для специалистов помогающих профессий.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
--------------------	---------------------

Устный опрос	Студент дает полный и правильный ответ, демонстрирует глубокое понимание материала, может привести примеры и аргументы. Студент дает достаточно полный и правильный ответ, но может допустить небольшие ошибки или неточности. Студент дает неполный или неправильный ответ, но пытается исправить свои ошибки. Студент не может дать ответ на вопрос или дает неправильный ответ.
Практическое задание №1	Глубина анализа. Умение студентов анализировать и интерпретировать содержание фильма и текста, выявлять общие темы и идеи. Способность к рефлексии. Умение студентов осмысливать и выражать свои мысли и чувства, связанные с темой любви. Активность участия. Готовность студентов делиться своими мыслями и впечатлениями в ходе обсуждения, задавать вопросы и слушать других участников. Качество подготовки. Уровень подготовки студентов к обсуждению, включая просмотр фильма и чтение текста. Умение работать в группе. Качество взаимодействия студентов во время обсуждения, способность слушать и понимать других участников, уважать их мнения и точки зрения.
Практическое задание №2	Психосоматические расстройства: механизмы развития, симптоматика, стратегии психотерапии Способность к саморефлексии. Умение студента анализировать свое эмоциональное состояние и уровень профессионального выгорания. Глубина анализа. Способность студента выявить основные показатели эмоционального выгорания и понять их влияние на его работу и самочувствие. Готовность к изменениям. Готовность студента признать возможные проблемы, связанные с эмоциональным выгоранием, и рассмотреть варианты их решения. Качество обсуждения. Уровень вовлеченности студента в обсуждение, его способность делиться своими мыслями и слушать других.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание логики психологической помощи и основных направлений консультативно-терапевтической работы, в контексте взаимосвязи психологических факторов и телесных симптомов. Под руководством преподавателя способен анализировать учебные клинические и консультативные ситуации, выделять значимые психологические факторы и формулировать обобщенные гипотезы понимания проблемы. Умеет соотносить теоретические подходы с возможными направлениями психологической помощи в учебном контексте.
	Достаточный (базовый)	Студент знает основные понятия, модели и принципы психологической помощи в рамках дисциплины, понимает их содержание и общую логику применения. Способен устанавливать отдельные связи между теоретическими положениями и практическими задачами консультирования. Под руководством преподавателя анализирует типовые ситуации, выделяет ключевые проблемы и факторы, влияющие на состояние клиента, формулирует обобщенные гипотезы и намечает возможные направления помощи.

		Допускает отдельные упрощения и неточности, однако в целом ориентируется в процессе консультативно-терапевтической работы.
	Минимальный (пороговый)	Студент воспроизводит базовые представления о психологической помощи, отдельных проблемных областях и подходах к их пониманию, однако знания носят фрагментарный и недостаточно системный характер. Испытывает затруднения в установлении связей между теорией и практикой. С опорой на преподавателя участвует в анализе простых учебных ситуаций, способен выделять отдельные аспекты проблемы, но формулировка гипотез и определение направлений помощи затруднены и непоследовательны. Понимание логики консультативного процесса ограничено.
не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не демонстрирует понимания принципов психологической помощи и основных направлений консультативно-терапевтической работы. Не способен воспроизвести базовые положения дисциплины и установить связь между теорией и практикой даже с опорой на преподавателя. Испытывает выраженные трудности в анализе учебных ситуаций, не выделяет значимые факторы и не формулирует гипотезы. Ответы носят несистемный, поверхностный или некорректный характер, понимание предмета отсутствует.

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