

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 29.08.2026 15:39:14
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e256c14c68898c94



Институт психотерапии и клинической психологии

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

УТВЕРЖДАЮ
Ректор АНО ВО «Институт психотерапии
и клинической психологии»
_____/Гордеева Е.Г./
«14» апреля 2026 г.

Приказ от «14» апреля 2026 г. № 14/04/26-002-р

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

ОСНОВЫ ТЕРАПИИ ПРИНЯТИЯ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Направление подготовки	37.03.01 Психология
Направленность (профиль)	Психологическое консультирование и психотерапия
Уровень высшего образования	Бакалавриат
Форма обучения	Очная

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
ПК-2 Способен участвовать в организации и проведении психологического консультирования по вопросам личностного развития, межличностного взаимодействия и преодоления трудных жизненных ситуаций	ПК-2.1 Устанавливает профессиональное взаимодействие с участниками консультативного процесса, соблюдая нормы профессиональной этики и конфиденциальности	ориентируется в основных принципах и возможностях применения современных методов психологической помощи	анализирует возможности и ограничения применения психологических технологий с учетом целей и условий работы	выбирает методы и упражнения психологической работы в соответствии с поставленными задачами и особенностями ситуации
	ПК-2.2 Анализирует особенности ситуации обращения и определяет направления консультативной работы в пределах поставленных задач			
	ПК-2.3 Использует методы и приемы консультативного взаимодействия в соответствии с целью консультативной работы и особенностями ситуации обращения			

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Типовые оценочные материалы текущего контроля

2.1.1. Типовые тестовые задания с ключами ответов

Курс/семестр изучения дисциплины в соответствии с учебным планом	4 курс 7 семестр
Код и наименование проверяемой компетенции	ПК-2 Способен участвовать в организации и проведении психологического консультирования по вопросам личностного развития, межличностного взаимодействия и преодоления трудных жизненных ситуаций

Номер задания	Содержание вопроса	Правильный ответ	Компетенция
Задание закрытого типа на установление соответствия			
1	<i>Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие</i>	Правильный ответ: 1-В	ПК-2

	Соотнесите деструктивные феномены и состояния клиента в модели терапии принятия и ответственности со спецификой их проявления в консультативной практике. <table border="1" data-bbox="313 183 1460 587"> <tr> <th colspan="2">Феномен / Состояние</th><th colspan="2">Специфика проявления в консультативной практике</th></tr> <tr> <td>1</td><td>Опытное избегание (экспериментальное)</td><td>А</td><td>Потеря способности получать удовольствие от жизни, сопровождающаяся апатией и снижением мотивации</td></tr> <tr> <td>2</td><td>Когнитивное слияние</td><td>Б</td><td>Специфический процесс, при котором человек воспринимает свои мысли как абсолютную реальную угрозу</td></tr> <tr> <td>3</td><td>Ангедония</td><td>В</td><td>Стремление человека любыми путями подавить или сбежать от неприятных внутренних чувств и тревоги</td></tr> <tr> <td>4</td><td>Вторичная травматизация</td><td>Г</td><td>Риск психологического неблагополучия самого консультанта из-за сопереживания тяжелым травмам клиентов</td></tr> </table> <i>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</i> <table border="1" data-bbox="318 678 766 794"> <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>	Феномен / Состояние		Специфика проявления в консультативной практике		1	Опытное избегание (экспериментальное)	А	Потеря способности получать удовольствие от жизни, сопровождающаяся апатией и снижением мотивации	2	Когнитивное слияние	Б	Специфический процесс, при котором человек воспринимает свои мысли как абсолютную реальную угрозу	3	Ангедония	В	Стремление человека любыми путями подавить или сбежать от неприятных внутренних чувств и тревоги	4	Вторичная травматизация	Г	Риск психологического неблагополучия самого консультанта из-за сопереживания тяжелым травмам клиентов	1	2	3	4					2-Б 3-А 4-Г	
Феномен / Состояние		Специфика проявления в консультативной практике																													
1	Опытное избегание (экспериментальное)	А	Потеря способности получать удовольствие от жизни, сопровождающаяся апатией и снижением мотивации																												
2	Когнитивное слияние	Б	Специфический процесс, при котором человек воспринимает свои мысли как абсолютную реальную угрозу																												
3	Ангедония	В	Стремление человека любыми путями подавить или сбежать от неприятных внутренних чувств и тревоги																												
4	Вторичная травматизация	Г	Риск психологического неблагополучия самого консультанта из-за сопереживания тяжелым травмам клиентов																												
1	2	3	4																												
2	<i>Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие</i> Соотнесите терапевтические мишени трансдиагностической модели терапии принятия и ответственности со спецификой использования консультативных стратегий развития психологической гибкости: <table border="1" data-bbox="313 1010 1467 1441"> <tr> <th colspan="2">Терапевтическая мишень</th><th colspan="2">Специфика использования консультативных стратегий</th></tr> <tr> <td>1</td><td>Избегающее поведение</td><td>А</td><td>Помощь клиенту в выходе из ловушек ума через восприятие мыслей как простого потока слов, а не абсолютной угрозы</td></tr> <tr> <td>2</td><td>Когнитивное слияние</td><td>Б</td><td>Обучение клиента навыкам готовности открыто проживать неприятные внутренние чувства и тревогу без борьбы с ними</td></tr> <tr> <td>3</td><td>Эмоциональная дезадаптация</td><td>В</td><td>Использование элементов экспозиционного подхода для плавного соприкосновения с пугающим опытом и расширения действий</td></tr> <tr> <td>4</td><td>Утрата жизненных ориентиров</td><td>Г</td><td>Выявление внутренних ценностей и смыслов, помогающих преодолеть апатию и выстроить новые перспективы развития</td></tr> </table>	Терапевтическая мишень		Специфика использования консультативных стратегий		1	Избегающее поведение	А	Помощь клиенту в выходе из ловушек ума через восприятие мыслей как простого потока слов, а не абсолютной угрозы	2	Когнитивное слияние	Б	Обучение клиента навыкам готовности открыто проживать неприятные внутренние чувства и тревогу без борьбы с ними	3	Эмоциональная дезадаптация	В	Использование элементов экспозиционного подхода для плавного соприкосновения с пугающим опытом и расширения действий	4	Утрата жизненных ориентиров	Г	Выявление внутренних ценностей и смыслов, помогающих преодолеть апатию и выстроить новые перспективы развития	Правильный ответ: 1-В 2-А 3-Б 4-Г									
Терапевтическая мишень		Специфика использования консультативных стратегий																													
1	Избегающее поведение	А	Помощь клиенту в выходе из ловушек ума через восприятие мыслей как простого потока слов, а не абсолютной угрозы																												
2	Когнитивное слияние	Б	Обучение клиента навыкам готовности открыто проживать неприятные внутренние чувства и тревогу без борьбы с ними																												
3	Эмоциональная дезадаптация	В	Использование элементов экспозиционного подхода для плавного соприкосновения с пугающим опытом и расширения действий																												
4	Утрата жизненных ориентиров	Г	Выявление внутренних ценностей и смыслов, помогающих преодолеть апатию и выстроить новые перспективы развития																												

	<i>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</i> <table border="1"> <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>	1	2	3	4						
1	2	3	4								
Задания комбинированного типа с выбором одного/нескольких вариантов верного ответа из предложенных и обоснованием выбора											
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы и напишите обоснование выбора Какие из перечисленных положений отражают базовые принципы применения экспозиционного подхода в рамках терапии принятия и ответственности? А) Намеренное, плавное соприкосновение клиента с пугающими мыслями или воспоминаниями ради тренировки готовности проживать их без борьбы Б) Принуждение человека терпеть невыносимую эмоциональную боль без предварительного обучения техникам саморегуляции В) Использование экспозиции для расширения психологической гибкости и прекращения избегающего поведения в повседневной жизни Г) Авторитарное внушение клиенту жестких приказов со стороны психолога с помощью глубокого гипнотического транса Ответ: Обоснование:	Правильный ответ: А), В) Обоснование: экспозиция в терапии принятия и ответственности направлена на соприкосновение с пугающим опытом ради развития готовности проживать эмоции и расширения психологической гибкости	ПК-2								

3. Промежуточная аттестация

3.1. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

3.1.1. Типовые тестовые задания с ключами ответов

Курс/семестр изучения дисциплины в соответствии с учебным планом	4 курс 7 семестр
Форма промежуточной аттестации	зачет с оценкой

Код и наименование проверяемой компетенции	ПК-2 Способен участвовать в организации и проведении психологического консультирования по вопросам личностного развития, межличностного взаимодействия и преодоления трудных жизненных ситуаций
--	--

Номер задания	Содержание вопроса	Правильный ответ	Компетенция																												
Задание закрытого типа на установление соответствия																															
1	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите типичные профессиональные риски и ограничения в практике со способами их эффективного предупреждения. <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Профессиональный риск / Ограничение</th><th colspan="2">Способ эффективного предупреждения в практике</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td><td>Чрезмерное увлечение метафорами</td><td>А</td><td>Обязательное прохождение личной терапии и регулярная супервизия сложных клиентских случаев</td></tr> <tr> <td>2</td><td>Вторичная травматизация</td><td>Б</td><td>Четкое соблюдение границ метода, отказ от глубоких АСТ-интервенций в пользу экстренной стабилизации</td></tr> <tr> <td>3</td><td>Острая суицидальная угроза</td><td>В</td><td>Связывание образных речевых приемов с реальным поведенческим опытом и ценностными действиями клиента</td></tr> <tr> <td>4</td><td>Слияние с мыслями о некомпетентности</td><td>Г</td><td>Разделение со своими внутренними оценками («я плохой психолог») с помощью техник саморегуляции</td></tr> </tbody> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1"> <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>	Профессиональный риск / Ограничение		Способ эффективного предупреждения в практике		1	Чрезмерное увлечение метафорами	А	Обязательное прохождение личной терапии и регулярная супервизия сложных клиентских случаев	2	Вторичная травматизация	Б	Четкое соблюдение границ метода, отказ от глубоких АСТ-интервенций в пользу экстренной стабилизации	3	Острая суицидальная угроза	В	Связывание образных речевых приемов с реальным поведенческим опытом и ценностными действиями клиента	4	Слияние с мыслями о некомпетентности	Г	Разделение со своими внутренними оценками («я плохой психолог») с помощью техник саморегуляции	1	2	3	4					Правильный ответ: 1-В 2-А 3-Б 4-Г	ПК-2
Профессиональный риск / Ограничение		Способ эффективного предупреждения в практике																													
1	Чрезмерное увлечение метафорами	А	Обязательное прохождение личной терапии и регулярная супервизия сложных клиентских случаев																												
2	Вторичная травматизация	Б	Четкое соблюдение границ метода, отказ от глубоких АСТ-интервенций в пользу экстренной стабилизации																												
3	Острая суицидальная угроза	В	Связывание образных речевых приемов с реальным поведенческим опытом и ценностными действиями клиента																												
4	Слияние с мыслями о некомпетентности	Г	Разделение со своими внутренними оценками («я плохой психолог») с помощью техник саморегуляции																												
1	2	3	4																												
Задания комбинированного типа с выбором одного/нескольких вариантов верного ответа из предложенных и обоснованием выбора																															
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ и напишите обоснование выбора Какое базовое трансдиагностическое качество выступает в модели терапии принятия и ответственности главным фактором успешной адаптации и преодоления последствий деструктивных жизненных событий?	Правильный ответ: Б) Обоснование: психологическая гибкость позволяет человеку оставаться в контакте с реальностью и менять поведение в сторону ценностей вопреки	ПК-2																												

	А) Жесткий мышечный панцирь Б) Психологическая гибкость В) Полная эмоциональная апатия Г) Опытное избегание Ответ: Обоснование:	стрессу	
Задание открытого типа с развернутым ответом			
3	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каково главное ограничение применения методов терапии принятия и ответственности при взаимодействии с клиентами в острых кризисных состояниях? Ответ:	Правильный ответ: Невозможность проведения глубоких интервенций на развитие гибкости в фазе острого психоза или при наличии непосредственной суицидальной угрозы, требующей экстренной стабилизации	ПК-2

3.1.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Объясните место терапии принятия и ответственности в структуре когнитивно-поведенческого подхода и сущность теории реляционных фреймов.
2. Дайте определение понятию «психологическая гибкость» и объясните суть философии функционального контекстуализма как методологической основы терапии принятия и ответственности.
3. Охарактеризуйте шесть базовых процессов модели психологической гибкости и объясните закономерности их взаимосвязи.
4. Сравните особенности процессов «принятие» и «когнитивное разделение» в модели терапии принятия и ответственности.
5. Объясните сущность процесса «осознанное присутствие» и профессиональные ограничения применения практик осознанности в консультировании.
6. Раскройте содержание понятий «жизненные ценности» и «целенаправленные действия» в модели психологической гибкости.
7. Объясните принципы концептуализации случая в терапии принятия и ответственности и сравните диагностические возможности моделей гексафлекс и матрицы терапии принятия и ответственности.
8. Объясните суть модели «точка выбора» и связь между действиями-приближениями и действиями-избеганиями в поведении клиента.
9. Дайте определение понятию «креативная безнадежность» и объясните значение этого этапа для преодоления стратегий избегания.
10. Объясните принципы использования терапевтических метафор на сессии и их значение для процессов когнитивного разделения.

11. Объясните лингво-когнитивные механизмы поддержания психологических трудностей человека и роль психологической гибкости в процессах его адаптации.
12. Охарактеризуйте особенности работы с апатией и ангедонией в терапии принятия и ответственности и объясните возможности применения техник осознанности при данных состояниях.
13. Объясните принципы психологической работы с избегающим поведением клиента и значение использования техник когнитивного разделения.
14. Раскройте принципы применения экспозиционного подхода в модели терапии принятия и ответственности, указав на показания и ограничения к его использованию.
15. Раскройте суть трансдиагностического подхода в модели терапии принятия и ответственности и объясните особенности консультирования клиентов при переживании утраты или хронической боли.
16. Объясните специфику применения терапии принятия и ответственности при работе с посттравматическим стрессовым расстройством (ПТСР) и условия безопасного взаимодействия с клиентом.
17. Объясните особенности работы с зависимым поведением в терапии принятия и ответственности и влияние процессов когнитивного слияния на поддержание аддикций.
18. Назовите правила концептуализации клиентских случаев в терапии принятия и ответственности и принципы подбора техник развития психологической гибкости.
19. Объясните специфику работы с острыми кризисными состояниями в терапии принятия и ответственности и ограничения применения данного метода.
20. Охарактеризуйте типичные методологические ошибки при внедрении модели терапии принятия и ответственности и объясните значение регулярной супервизии для качества работы специалиста.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
Тестирование	Высокий (продвинутый)	Обучающийся демонстрирует целостное понимание основных положений дисциплины, корректно использует понятийный аппарат, устанавливает взаимосвязи между изученными явлениями, процессами и понятиями, применяет теоретические знания при выполнении тестовых заданий различного типа.
	Достаточный (базовый)	Обучающийся демонстрирует понимание основных положений дисциплины, правильно использует базовые понятия, определяет основные связи между изученными явлениями и

		процессами, выполняет тестовые задания с отдельными неточностями.
	Минимальный (пороговый)	Обучающийся демонстрирует знание основных понятий и положений дисциплины, понимает отдельные аспекты изученного материала, выполняет задания, связанные с распознаванием, определением и выбором правильного ответа.
	Недостаточный (ниже минимального)	Обучающийся не демонстрирует понимания основных положений дисциплины, испытывает существенные затруднения при использовании понятийного аппарата, не способен установить основные связи между изученными явлениями и процессами.

При оценивании результатов выполнения тестовых заданий учитывается уровень освоения результатов обучения, проявляющийся в полноте понимания основных положений дисциплины, корректности использования понятийного аппарата и способности применять полученные знания при выполнении заданий различного типа.

Результаты выполнения тестовых заданий используются для определения уровня освоения результатов обучения в соответствии с установленными критериями оценивания.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено/отлично	Высокий (продвинутый)	Обучающийся демонстрирует системное понимание современных подходов и методов психологической помощи, корректно использует понятийный аппарат, анализирует возможности, ограничения и условия применения различных технологий, обоснованно выбирает направления психологической работы с учетом поставленных задач и особенностей ситуации обращения.
зачтено/хорошо	Достаточный (базовый)	Обучающийся демонстрирует понимание основных подходов и методов психологической помощи, правильно использует базовые понятия, определяет основные возможности и ограничения изученных технологий, применяет полученные знания при выборе способов решения типовых профессиональных задач.
зачтено/удовлетворительно	Минимальный (пороговый)	Обучающийся демонстрирует знание основных понятий и положений, связанных с подходами и методами психологической помощи, понимает отдельные особенности изученных технологий, использует базовые знания при определении возможных способов работы.
не зачтено/неудовлетворительно	Недостаточный (ниже минимального)	Обучающийся не демонстрирует понимания основных подходов и методов психологической помощи, испытывает существенные затруднения при использовании понятийного аппарата, не способен определить возможности применения изученных

4.3. Шкала оценивания результатов тестирования при проведении промежуточной аттестации

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