

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Тэлентси»

Утверждаю

Генеральный директор
Кузьмин Александр
Викторович

Приказ №П-20/101025
от «10» октября 2025г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
(ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ОБЩЕРАЗВИВАЮЩАЯ
ПРОГРАММА)
«Обучающая личная терапия»

Трудоемкость программы: 51 академический час

Документ о квалификации: свидетельство о дополнительном
образовании

Форма обучения: очно-заочная, с использованием дистанционных
образовательных технологий

Москва, 2025

Содержание

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ	4
2.1. Учебный план	4
2.2. Рабочие программы дисциплин (модулей)	4
3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	5
3.1. Календарный учебный график	5
3.2. Материально-технические условия реализации программы	6
3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	6
3.4. Кадровое обеспечение программы	7
4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	7
5. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ	7
6. СОСТАВИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ	8

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

Дополнительная общеобразовательная программа – дополнительная общеразвивающая программа «Обучающая личная терапия» (далее - программа) способствует развитию личностных качеств и коммуникативных навыков, важных для профессии психолога-консультанта.

Цель освоения программы - развитие личностных качеств и коммуникативных навыков актуальных для начинающего психолога-консультанта.

Программа разработана в соответствии с требованиями следующих нормативных правовых актов и нормативно-технических документов:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Приказ Минпросвещения России от 27.07.2022 № 629 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным общеобразовательным программам».
- Приказ Министерства науки и высшего образования от 24.03.2025 № 266, «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;

Цель и планируемые результаты реализации программы.

Цель: развитие коммуникативных компетенций психолога-консультанта и профессионально-важных личностных качеств психолога-консультанта.

Планируемые результаты:

В результате освоения программы обучающийся должен уметь демонстрировать:

В области коммуникативных компетенций:

- задавать открытые исследовательские вопросы,
- давать безоценочную обратную связь,
- оказывать поддержку,
- быть наблюдательным, распознавать состояния, чувства и эмоции собеседника по вербальным и невербальным сигналам,
- проявлять навыки понимающего общения и межличностную эмпатию,
- проводить концептуализацию проблемы (описывать ее в терминах психологического подхода),
- быть терпимым к эмоциональным проявлениям собеседника и ценностным различиям,
- конструктивно разрешать конфликты,
- запрашивать поддержку и обратную связь,
- давать корректную обратную связь,
- сохранять конфиденциальность группового взаимодействия.

В области ПВК психолога-консультанта:

- способность к рефлексии и анализу (в т.ч. по отношению к себе),
- способность к эмпатии (в т.ч. по отношению к себе),
- способность к эмоциональной регуляции,
- способность к самоподдержке и навыки психологической самопомощи,
- понимание своих точек роста,
- способность опираться на свои ресурсы,
- конструктивные копинг-стратегии.

В области формирования профессиональной позиции:

- понимание своих профессиональных возможностей и ограничений,
- понимание своих сильных сторон как специалиста и умение их использовать,
- этичная и конструктивная профессиональная позиция,
- доброжелательность и терпимость по отношению к клиентам,
- умение сотрудничать с коллегами.

Требования к слушателям. К освоению программы допускаются лица, достигшие 18-летнего возраста. Данная программа рекомендуется специалистам с высшим образованием или средним профессиональным образованием по направлениям: психология, клиническая психология; специалистам, имеющим диплом о профессиональной переподготовке в сфере психологии; студентам профессиональных психологических программ.

Трудоемкость освоения образовательной программы (трудоемкость обучения) по данной программе 51 академический час в формате онлайн практикумов с мастером в группе личной терапии.

Форма обучения. Программа реализуется в очно-заочной форме, с использованием дистанционных образовательных технологий.

Режим занятий. Учебная нагрузка устанавливается не более 3 академических часа в неделю. Занятия проводятся один раз в неделю. Академический час (далее – час, академический час) равен 45 минутам.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

дополнительной общеразвивающей программы
«Обучающая личная терапия»

№ пп	Наименование разделов	Всего, ак. час.	Всего аудитор ные, ак. час	В том числе		Самостоятель ная работа, ак.час	Форма контроля	ПА*/к онсультации
				Лекции, ак.час	Практическ ие занятия, ак.час			
	«Обучающая личная терапия»							
1	Клиентская практика в группе обучающей личной терапии	51	51	0	51	0	текущий контроль: выполнение заданий на практических занятиях	-
ИТОГО:		51	51	0	51	0		

2.2. Рабочие программы дисциплин (модулей)

Клиентская практика в группе обучающей личной терапии:

- Знакомство, постановка целей на курс

- *Введение в ОЛТ, знакомство с форматом работы*
- *Т-группа, эффективность взаимодействия в группе, выработка правил группы*
- *Обратная связь, принципы качественной обратной связи от участников группы*
- *Работа группы по запросу участника (присутствует на каждом занятии группы)*
- *Принципы и навыки психологической коммуникации:*
 - понимающее общение и эмпатия
 - психологическая наблюдательность
 - безоценочная обратная связь, валидация
 - поддержка
 - концептуализация проблемы
 - рекомендации и самораскрытие
 - «выдерживание» эмоциональных реакций и толерантность к ценностным различиям
 - конструктивное разрешение конфликтов
 - групповая динамика и групповые процессы
- *ПВК психолога консультанта, самооценка ПВК, что нужно для развития ПВК:*
 - способность к рефлексии и анализу (в т.ч. по отношению к себе)
 - способность к эмпатии (в т.ч. по отношению к себе)
 - способность к эмоциональной регуляции
 - способность к самоподдержке и навыки психологической самопомощи
 - понимание своих точек роста
 - способностью опираться на свои ресурсы
 - конструктивные копинг-стратегии
- *Моя профессиональная позиция:*
 - критерии конструктивной профессиональной позиции
 - мои профессиональные возможности и ограничения
 - мои сильные стороны и как их использовать в работе психолога
 - мой этический кодекс
 - моя доброжелательность и терпимость
 - мои коллеги: принципы взаимодействия, сотрудничества и поддержки

3. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

3.1. Календарный учебный график

Календарный учебный график определяет продолжительность обучения, последовательность обучения, текущего контроля и итоговой аттестации.

Номер раздела	Номер месяца				
	1	2	3	4	Итого, час
Клиентская практика в группе обучающей личной терапии	12	15	15	9	51
Всего часов аудиторной работы	12	15	15	9	51
Всего часов самостоятельной работы	0	0	0	0	0
Всего, час	12	15	15	9	51

3.2. Материально-технические условия реализации программы

Программа реализуется с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий и предполагает как самостоятельное изучение материалов, размещенных в личном кабинете обучающегося, так и очный и онлайн контакт с преподавателем посредством очных занятий, онлайн вебинаров и онлайн консультаций, доступ к которым осуществляется по ссылкам, размещенным в личном кабинете обучающегося по адресу: <https://lk.talentsy.ru/>

Для успешного обучения с использованием дистанционных образовательных технологий обучающимся рекомендуется соблюдать определенные требования к программному обеспечению персонального компьютера:

- подключение к сети Интернет со скоростью минимально 3 Мбит/с, доступ к сети по протоколам HTTP.
- на компьютере также должен быть установлен комплект соответствующего программного обеспечения (ОС не ниже Windows 7).

Также необходимо наличие динамиков (наушников).

Для просмотра образовательных ресурсов и участия в вебинарах необходимо входить в личный кабинет на портале через:

- Компьютер, необходима версия браузера: Internet Explorer 9 или выше; Mozilla Firefox 45 или выше; Google Chrome 48 или выше; Microsoft Edge.
- Телефон, версия: iOS 9. x или выше (для iPad и iPhone); Android 4.4 или выше.
- сервис видеовебинаров Zoom (<https://zoom.us>)
- мессенджер Telegram (<https://telegram.org>)

3.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная программа обеспечена учебно-методическими материалами посредством:

- учебно-методических разработок в электронной форме, размещенных в личных кабинетах слушателей по адресу <https://lk.talentsy.ru/> в том числе видеолекции, текстовые материалы, контрольно-измерительные материалы, методические указания;
- системы дистанционного обучения <https://lk.talentsy.ru/>
- наличием обратной связи с преподавателем через раздел в личном кабинете «Сообщения» и онлайн-консультациями.

Слушатели образовательной программы могут использовать дополнительные Интернет-ресурсы, такие как:

- Российское образование. Федеральный портал- <http://www.edu.ru>
- Федеральный институт педагогических измерений <http://www.fipi.ru>
- Справочно-правовая система "Гарант" <https://www.garant.ru/>
- Справочно-правовая система "КонсультантПлюс" <http://www.consultant.ru/>

электронные библиотеки:

- Единое окно доступа к образовательным ресурсам <http://window.edu.ru/>

- Научная электронная библиотека eLIBRARY <https://elibrary.ru>,
- Российская государственная библиотека <https://www.rsl.ru>
- Российская национальная библиотека <http://nlr.ru>.

Для использования Интернет-ресурсов информационно-библиотечного комплекса необходима предварительная регистрация обучающегося. Рекомендованная образовательной программой литература доступна к изучению в свободном бесплатном доступе после регистрации на сайте электронной библиотеки. Ссылки для доступа в электронные библиотеки размещаются в личном кабинете обучающегося в СДО.

Список литературы, которая доступна обучающимся в электронной библиотеке, ссылки на электронную библиотеку размещены в СДО в разделе «Учебно-методическое и информационное обеспечение программы» - «Список литературы»:

Рекомендуемая литература

1. Кочюнас Р. «Психотерапевтические группы: теория и практика», - М.: Академический Проект, 2000
2. Макларен К. «Хорошие плохие эмоции. Как понимать себя и других», - АСТ, 2022
3. Розенберг М. «Ненасильственное общение», - София, 2022

3.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы обеспечивается квалифицированными кадрами:

- имеющими педагогическое образование (или прошедшими обучение по дополнительной образовательной программе профессиональной переподготовки в области педагогики) и имеющими опыт работы и/или прошедшими обучение по дополнительной образовательной программе профессиональной переподготовки в профессиональной области, соответствующей направленности образовательной программы;
- прошедшими обучение работе в информационно-образовательной среде, в которой реализуется программа.

4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

Оценка качества освоения образовательной программы проводится в отношении соответствия результатов освоения программы заявленным целям и планируемым результатам.

Оценка качества освоения образовательной программы обучающимися включает текущий контроль качества успеваемости.

5. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

Текущий контроль успеваемости:

- наблюдение за выполнением заданий в сессиях, наблюдением за поведенческими критериями проявления целевых ПБК и навыков, практические задания в ходе групповой работы.

Пример практикоориентированного задания:

- Как вы думаете, что говорит эта ситуация о вас как о личности?
- Скажите, какие переживания вызвала у вас история (Ирины). Пожалуйста не давайте сейчас советов, постарайтесь назвать именно чувства. Как вы думаете, к кому из участников истории они относятся?
- Давайте проведем эксперимент. Попробуем «порепетировать» ваше решение, разыграв диалог с коллегой. Кто из участников группы готов нам помочь и сыграть коллегу для (Ирины)
- Какой для вас главный итог сегодняшней встречи? Какую идею «заберете»? Скажите, используя не более 1 предложения

6. СОСТАВИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ

Составители (разработчики) программы:

Наталья Шатунова - клинический психолог

Полина Панченко - магистр по направлению психология, методист образовательных программ