

ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ
«Тэлентси»

Утверждаю

Генеральный директор
Кузьмин Александр Викторович

Приказ №21/101025
от «10» октября 2025 г.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Ориентированная на решение краткосрочная терапия»

Трудоемкость программы: 72 академических часа

Документ о квалификации: удостоверение о повышении квалификации

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

Москва, 2025

Содержание

1.	ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ	3
1.1.	Нормативно-правовые основания разработки программы	3
1.2.	Требования к слушателям	3
2.	ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ	3
2.1.	Цель освоения программы	3
2.2.	Описание перечня профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения	4
3.	УЧЕБНЫЙ ПЛАН	5
4.	КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ПЛАН	7
5.	СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ	7
6.	ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ	9
6.1.	Материально-техническое обеспечение	9
6.2.	Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	10
6.3.	Перечень литературы, необходимой для освоения программы	10
7.	ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ДРУГИЕ КОМПОНЕНТЫ	11
8.	СОСТАВИТЕЛЬ ПРОГРАММЫ	11

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1 Нормативно-правовые основы разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

- Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации»;
- Постановление Правительства Российской Федерации от 11.10.2023 г. № 1678 «Об утверждении Правил применения организациями, осуществляющими образовательную деятельность, электронного обучения, дистанционных образовательных технологий при реализации образовательных программ»;
- Приказ Министерства науки и высшего образования от 24.03.2025 № 266, «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам»;
- Письмо Минобрнауки России от 30 марта 2015 г. № АК-821/06 «О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации слушателей»;
- Письмо Минобрнауки России от 21 апреля 2015 г. № ВК-1015/06 «О направлении методических рекомендаций по реализации дополнительных профессиональных программ»;
- Приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 года № 537н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог-консультант».

1.2. Требования к слушателям

К освоению дополнительной профессиональной программы допускаются лица, достигшие 18 лет:

- специалисты с высшим образованием или средним профессиональным образованием по направлениям: психология, клиническая психология;
- специалисты, имеющие диплом о профессиональной переподготовке в сфере психологии;
- студенты старших курсов психологических специальностей (выдача удостоверения о повышении квалификации возможна только после предоставления обучающимся документа о высшем образовании, то есть диплома);
- лица, имеющие диплом о высшем образовании или среднем профессиональном образовании и нацеленные на прохождение профессиональной переподготовки (в этом случае прохождение специализации возможно только при условии прохождения базового курса «Психологическое консультирование»).

2. ЦЕЛЬ И ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

2.1. Цель освоения программы - формирование теоретических знаний и практических навыков в психологическом консультировании в методологии ориентированной на решение краткосрочной терапии (далее также – ОРКТ).

2.2. Описание перечня профессиональных компетенций в рамках имеющейся квалификации, качественное изменение которых осуществляется в результате обучения

Наименование программы и профессионального стандарта	Формируемые и (или) совершенствуемые трудовые функции		
	Наименование трудовой функции	Код	Уровень (подуровень)
Дополнительная профессиональная программа - программа повышения квалификации «Ориентированная на решение краткосрочная терапия» Профессиональный стандарт «Психолог-консультант» (приказ Министерства труда и социальной защиты РФ от 14 сентября 2022 года № 537н)	- Психологическое обследование населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами -Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	A/01.6, A/02.6, A/03.6	6
	- Организация мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов - Контроль и мониторинг эффективности результатов психологического консультирования населения и трудовых коллективов	B/01.7 B/02.7	7

В результате освоения программы слушатель должен:

Знать:

- базовые принципы и методологию ориентированной на решение краткосрочной терапии.

Уметь:

- сохранять эмоциональную устойчивость, соблюдать профессиональные границы, вести поддерживающую коммуникацию и выстраивать терапевтические отношения с клиентом в процессе консультирования;
- определять желаемый клиентом результат терапии;
- устанавливать терапевтический альянс;
- переключать фокус внимания клиента с проблемы на решение, формулировать вопросы, находить исключения из проблемы;
- обнаруживать ресурсы клиента;
- строить совместно с клиентом индивидуальный путь изменений (шкалирование);
- «следовать» за клиентом;
- формулировать задания и обратную связь;
- поддерживать клиента в процессе изменений;
- оценивать эффективность работы.

Владеть:

- навыками психологического консультирования (индивидуальной консультативной психокоррекционной работой) в методологии ОРКТ подхода;
- техниками ОРКТ в реальных условиях.

3. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

Программы повышения квалификации

«Ориентированная на решение краткосрочная 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			
	«Ориентированная на решение краткосрочная терапия»							
1	Знакомство с ОРКТ: история, философия, принципы и ключевые идеи	11	10	4	6	1	практическое задание	-
3	Установление альянса и определение целей терапии	6	5	2	3	1	практическое задание	-
4	Базовые техники ОРКТ: поиск исключений, чудесный вопрос, шкалирование	7	6	3	3	1	практическое задание	-
5	Базовые навыки ОР-практика	6	5	2	3	1	практическое задание	-
6	Вопросные техники	6	5	2	3	1	практическое задание	-

7	Обратная связь и домашние задания	2	1	1		1	практическое задание	-
8	Структура и задачи первой консультации	7	4	1	3	3	практическое задание	-
9	Структура и задачи последующих консультаций	7	4	1	3	3	практическое задание	-
10	Кризисное консультирование в ОРКТ	2	1	1		1	тест	-
11	Самооценка эффективности работы. Завершение работы с клиентом	8	5	2	3	3	практическое задание	-
12	Супервизия в группе	9	9		9		не предусмотрена	-
13	Карьерное развитие ОР-практика	1	1	1	0	0	не предусмотрена	-
ИТОГО:		72	56	20	36	16		

**ПА – промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета результатов текущего контроля. Условием успешного прохождения промежуточной аттестации является успешное прохождение текущего контроля по каждому разделу программы.*

4. КАЛЕНДАРНЫЙ УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

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

Номер раздела	Номер месяца			
	1	2	3	Итого, час
Знакомство с ОРКТ: история, философия, принципы и ключевые идеи	11			11
Установление альянса и определение целей терапии	6			6
Базовые техники ОРКТ: поиск исключений, чудесный вопрос, шкалирование	7			7
Базовые навыки ОР-практика		6		6
Вопросные техники		6		6
Обратная связь и домашние задания		2		2
Структура и задачи первой консультации		7		7
Структура и задачи последующих консультаций		7		7

Кризисное консультирование в ОРКТ			2	2
Самооценка эффективности работы. Завершение работы с клиентом			8	8
Супервизия в группе			9	9
Карьерное развитие ОР-практика			1	1
Всего часов аудиторной работы	21	19	16	56
Всего часов самостоятельной работы	3	9	4	16
Всего, час	24	28	20	72

5. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНЫХ МОДУЛЕЙ

Тематический план учебных занятий:

- Знакомство с ОРКТ: история, философия, принципы и ключевые идеи
 - История возникновения ОРКТ
 - Базовые понятия ОРКТ: краткосрочность и ориентированность на решение
 - Роль терапевта в ОР-подходе
 - Модель краткосрочной терапии института MRI в Пало-Альто
 - Другие направления
 - ОРКТ в Русскоязычном пространстве
 - Связь ОРКТ с другими подходами
 - Принципы ОРКТ
 - Философия подхода
- Установление альянса и определение целей терапии
 - Терапевтический альянс
 - Мотивация к изменениям
 - Досессионные изменения
 - Лучшие надежды клиента
 - Определение целей. Прояснение целей
 - Динамика целей (изменение запроса) в терапии
 - Исключения из проблемы. Поиск исключений
- Базовые техники ОРКТ: поиск исключений, чудесный вопрос, шкалирование
 - Изменения до начала терапии
 - Работа с запросом клиента
 - Исследование жизненного контекста клиента.
 - Чудесный вопрос
 - Шкалирование
- Базовые навыки ОР-практика
 - Конструктивное слушание
 - Использование вопросов
 - Навыки наблюдательности

- Использование невербального языка
- Фокусирование на ресурсах и позитивных элементах
- Фокусирование на исключениях и будущем
- Фокусирование на решении и возможностях
- Использование языка клиента
- Использование молчания
- Использование комплиментов
- Шкалирование (функции, формы, типы шкал, алгоритм шкалирования, особенности использования)
- Комплименты и их функция в ОРКТ
- **Вопросные техники**
 - Особенности вопросных техник в ОР-подходе
 - Чудесный вопрос и его модификации
 - Условия эффективности чудесного вопроса
 - Ошибки в использовании чудесного вопроса
 - Вопросы об исключениях
 - Вопросы о ресурсах клиента
 - Копинговые вопросы
 - Вопросы о вопросах клиента
- **Обратная связь и домашние задания**
 - Обратная связь, задания и эксперименты
 - Задания и их типы. Формулирование заданий
 - Формулирование обратной связи
 - Эксперименты в ОР-подходе
- **Структура и задачи первой консультации**
 - Протокол первой сессии
 - Структура и задачи последующих консультаций
 - Протокол второй и последующих консультаций
 - Цели и задачи последующих сессий
 - Вопросы последующих сессий
 - Стратегии работы в зависимости от прогресса или его отсутствия
- **Кризисное консультирование в ОРКТ**
 - Особенности работы с клиентами в ситуации кризиса
 - Исследование копинговых стратегий
 - Исследование ресурсов
 - Комплименты
 - Домашние задания
- **Самооценка эффективности работы. Завершение работы с клиентом**
 - Способы оценки эффективности: обратная связь, формализованная/неформализованная
 - Основания завершения работы
- **Карьерное развитие ОР-практика**
 - Участие в проф. ассоциациях
 - Сообщество ОР-практиков. Активности и мероприятия сообщества. Ежегодная

конференция

- Дополнительное обучение в подходе
- Супервизия в группе

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ

6.1. Материально-техническое обеспечение

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 НТТР,
- 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>).

6.2. 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:

рекомендованные Интернет-ресурсы:

- 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.

6.3. Перечень литературы, необходимой для освоения программы

1. «Представь себе» - Электронный журнал (Сборник материалов по краткосрочной и системной терапии) 2018-2024
2. Джеральд Б. Скларе Практика краткосрочной терапии, ориентированной на решение для психотерапевтов, М.-СПб.: Издательство: Диалектика-Вильямс, 2023
3. Ив Липчик Ориентированная на решение терапия за пределами техник: работа с эмоциями и терапевтические отношения, М.-СПб.: Издательство: Диалектика-Вильямс, 2024
4. Пол Хантон Навыки в краткосрочной терапии, сфокусированной на решении, Базенков И.Л. 2023
5. Стив де Шейзер, Ивон Долан и др. Больше, чем чудеса: Искусство ориентированной на решение терапии, - М.-СПб.: Издательство: Диалектика-Вильямс, 2022.
6. Фредрик Баннинк. Краткосрочная терапия, ориентированная на решение: 1001 вопрос для интервьюирования, М.-СПб.: Издательство: Диалектика-Вильямс, 2022
7. Харви Ратнер, Эван Джордж, Крис Айвсон. Краткосрочная терапия, ориентированная на решение: 100 ключевых особенностей и техник, М.-СПб.: Издательство: Диалектика-Вильямс, 2023

7. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ И ИНЫЕ КОМПОНЕНТЫ

Текущий контроль успеваемости – практические домашние задания (с проверкой куратором).

Оценочные материалы: письменные домашние задания в сроки освоения программы, в том числе 3 отчета о проведенных консультациях.

Письменные задания оцениваются по заранее установленным критериям, и отметка «зачтено» ставится в случае, если задание выполнено корректно.

Пример практикоориентированного задания:

Наблюдательная практика: техники «Волшебный вопрос» и «Шкалирование»

В этом задании вы понаблюдаете за индивидуальной экспресс-консультацией в ОРКТ подходе, и отметите, как именно консультант воплощает техники «Волшебный вопрос» и «Шкалирование» в этой работе.

Как выполнять это упражнение

Посмотрите видео полностью

Включите видео повторно и выпишите какие именно фразы использует консультант, задавая «волшебный вопрос» и «шкалирующие вопросы».

Как вы думаете, какова цель волшебного вопроса в этой консультации? Как отреагировал клиент? К какому результату в рамках консультации привел волшебный вопрос?

Что предлагает измерить консультант с помощью шкалирующих вопросов? Как отреагировал клиент? К какому результату в рамках консультации эти вопросы привели?

* Какие еще особенности поведения ОР-консультанта вы заметили?

Приложите текстовый документ с вашими ответами или фотографию тетради в Задание к этому уроку.

8. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ

Юрий Гамзин - эксперт курса, лектор, магистр по направлению Психология, председатель Ассоциации ориентированных на решение психологов и практиков.

Вероника Мерещак - эксперт, автор программы практик курса, магистр по направлению «Психология».

Валентина Цыганова - методист курса, методист образовательных программ.