Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Стегний Кирилл Владимирович
Должность: И.о. ректора
Дата подписания: 16.04.2026 12:35:19
Уникальный программный ключ:
d59234ba928aea5c04c54eb9013e367220b6b2ae

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»
Заведующий кафедрой
общепсихологичееких дисциплин
_____ /Кадыров Р.В.
«11» апреля 2025 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
Б1.В.ДВ.02.01 ПСИХОЛОГИЯ ГОРЯ
основной образовательной программы
высшего образования

Специальность	37.05.01 Клиническая психология (код, наименование)
Уровень подготовки	специалитет
Направленность подготовки	12 Обеспечение безопасности Психодиагностическая и консультативная деятельность в интересах обороны и безопасности государства, обеспечения законности и общественного здоровья
Форма обучения	**очная**
Срок освоения ООП	5,5 лет (нормативный срок обучения)
Кафедра	**общепсихологических дисциплин**

Владивосток – 2025

1. ВВОДНАЯ ЧАСТЬ

1.1. **Фонд оценочных средств** регламентирует формы, содержание, виды оценочных средств для текущего контроля, промежуточной аттестации и итоговой (государственной итоговой) аттестации, критерии оценивания дифференцированно по каждому виду оценочных средств.

1.3. Фонд оценочных средств определяет уровень формирования у обучающихся установленных в ФГОС ВО и определенных в основной образовательной программе высшего образования по направлению подготовки/специальности 37.05.01 Клиническая психология направленности 12 Обеспечение безопасности в сфере профессиональной деятельности в процессе лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни среди населения, при работе с пациентами в рамках лечебно-восстановительного процесса и психолого-просветительской деятельности в рамках профилактических программ для здорового населения **универсальных (УК) компетенций и профессиональных (ПК) компетенций**

https://tgmu.ru/sveden/files/viz/OOP_37.05.01_KlinicheskayaPsixologiya_12_Obespechenie_bezopasnosti_2024.pdf

2. ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

2.1. Виды контроля и аттестации, формы оценочных средств

№ п/п	**Виды аттестации**	**Оценочные средства***
		Форма
1	**Текущая и промежуточная аттестация****	**Вопросы для собеседования**
		Миникейсы
		Ситуационные задачи

3. Содержание оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации осуществляется преподавателем дисциплины

Контрольные вопросы к зачету по дисциплине **Б1.В.ДВ.02.01 Психология горя**

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст элемента ситуационной задачи**
С	37.05.01	Клиническая психология
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
К	ПК-2	Способен разрабатывать программы мониторинга психологической безопасности и комфортности профессиональной и социальной среды, выделять и оценивать психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности, проводить мониторинг, анализировать и обобщать полученные данные, разрабатывать на их основе психологические рекомендации по минимизации негативных явлений.
И		**ДАЙТЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ**

т		1. Понятие горя и понятие утраты 2. Симптомы переживания горя. 3. Виды горя. 4. Нормативное горе и особенности его переживания. 5. Патологическое горе и особенности его переживания. 6. Перечислите задачи горя по В. Вордену 7. В чем заключается Двунаправленная модель утраты? 8. Как склонен переживать утрату человек с дезорганизованным типом привязанности? 9. Как склонен переживать утрату человек с тревожно-амбивалентным типом привязанности? 10. Как склонен переживать утрату человек с избегающим типом привязанности?

Критерии оценивания
«Отлично» - ответ верный, выстроен на основе материалов лекций и дополнительной литературы, дополнен примерами
«Хорошо» - дан верный ответ на основе материалов лекций, формулировки могут быть неточными
«Удовлетворительно» - ответ по существу верный, студент помнит ключевые моменты
«Неудовлетворительно» - ответ неверный или отсутствует

Типовые ситуационные задачи и чек-листы по дисциплине Б1.В.ДВ.02.01 Психология горя

Ситуационная задача № 1

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст**
С	37.05.01	Клиническая психология
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
К	ПК-2	Способен разрабатывать программы мониторинга психологической безопасности и комфортности профессиональной и социальной среды, выделять и оценивать психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности, проводить мониторинг, анализировать и обобщать полученные данные, разрабатывать на их основе психологические рекомендации по минимизации негативных явлений.
Ф	Ф.И.О. автора-составителя	Эльзессер Анастасия Сергеевна, на основе материалов публикации Хааз, Э. Ритуалы прощания. Консультативная психология и психотерапия. 2000. № 8(1). С. 5-28.
И		ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ Женщине 50 лет, проходит психотерапию после утраты мужа. Она потеряла мать в возрасте неполных двух лет. Отец умер тоже очень рано. По её признанию, супруг будто заменял ей и отца, и мать; был её кумиром. Спустя 2 года после его смерти, вслушивается по ночам в тишину, стараясь уловить звуки его шагов; содержит его кабинет в порядке, чтоб он мог в любой момент сесть за свой письменный стол (это отражает её представления о загробном мире). Психиатрическая клиника и препараты в течение двух лет ей не помогли. В течение нескольких лет пациентке снятся следующие сны. I. Однообразные сновидения, где загробный мир находится под водой и кишмя кишит водяными и прочими страшноватыми существами. Она

		боялась воды в детстве. «Сможет ли она, снится ей, найти под водой единственную в ледяном своде лунку, необходимую для того, чтобы сюда проникал воздух?» Сны подпитывают её надежды вернуть умершего. Ранее общительная, она отстранилась от своих знакомых: все то, что сейчас ее занимает, может восприниматься ими как сумасшествие. II. Спустя год психотерапии ей снится сон: Она пытается вместе с другими – ее муж тоже здесь – подняться к поверхности воды. Попутно возникают всевозможные препятствия. Наконец, они достигают поверхности воды. Она ищет глазами своего мужа, но он исчез. Она плывет назад, чтобы найти его. В одном из растений, похожем на красную осоку, она находит его. Осока разрастается, как привидение, и угрожает ей». Она продолжает размышлять о загробной жизни, интересуется сообщениями людей, переживших клиническую смерть, и надеется таким путем установить связь со своим мужем и узнать что-нибудь о загробном мире. Завидует людям, укоренившимся в вере. Злится на себя и на мужа за то, что плохо следил за своим здоровьем. III. Спустя несколько месяцев ей снится сон: «Теперь уже не в воде... Муж требует, чтобы она, наконец, ушла. Даже бросает в ее сторону камень, как в собаку, гоня ее прочь».
В	1	Вопрос к задаче: Проанализируйте динамику проживания горя с точки зрения выполнения задач горевания по Вордену.
В	2	Вопрос к задаче: Проанализируйте динамику проживания горя на материале сновидений (I, II, III).

Чек-лист к ситуационной задаче № 1

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст**
С	37.05.01	Клиническая психология
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
К	ПК-2	Способен разрабатывать программы мониторинга психологической безопасности и комфортности профессиональной и социальной среды, выделять и оценивать психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности, проводить мониторинг, анализировать и обобщать полученные данные, разрабатывать на их основе психологические рекомендации по минимизации негативных явлений.
Ф	Ф.И.О. автора-составителя	Эльзессер Анастасия Сергеевна, на основе материалов публикации Хааз, Э. Ритуалы прощания. Консультативная психология и психотерапия. 2000. № 8(1). С. 5-28.
И		ОЗНАКОМЬТЕСЬ С СИТУАЦИЕЙ И ДАЙТЕ РАЗВЕРНУТЫЕ ОТВЕТЫ НА ВОПРОСЫ Женщине 50 лет, проходит психотерапию после утраты мужа. Она потеряла мать в возрасте неполных двух лет. Отец умер тоже очень рано. По её признанию, супруг будто заменял ей и отца, и мать; был её кумиром. Спустя 2 года после его смерти, вслушивается по ночам в тишину, стараясь уловить звуки его шагов; содержит его кабинет в порядке, чтоб он мог в любой момент сесть за свой письменный стол (это отражает её представления о загробном мире). Психиатрическая клиника и препараты в течение двух лет ей не помогли. В течение нескольких лет пациентке снятся следующие сны. I. Однообразные сновидения, где загробный мир находится под водой и кишмя кишит водяными и прочими страшноватыми существами. Она

		боялась воды в детстве. «Сможет ли она, снится ей, найти под водой единственную в ледяном своде лунку, необходимую для того, чтобы сюда проникал воздух?» Сны подпитывают её надежды вернуть умершего. Ранее общительная, она отстранилась от своих знакомых: все то, что сейчас ее занимает, может восприниматься ими как сумасшествие. II. Спустя год психотерапии ей снится сон: Она пытается вместе с другими – ее муж тоже здесь – подняться к поверхности воды. Попутно возникают всевозможные препятствия. Наконец, они достигают поверхности воды. Она ищет глазами своего мужа, но он исчез. Она плывет назад, чтобы найти его. В одном из растений, похожем на красную осоку, она находит его. Осока разрастается, как привидение, и угрожает ей». Она продолжает размышлять о загробной жизни, интересуется сообщениями людей, переживших клиническую смерть, и надеется таким путем установить связь со своим мужем и узнать что-нибудь о загробном мире. Завидует людям, укоренившимся в вере. Злится на себя и на мужа за то, что плохо следил за своим здоровьем. III. Спустя несколько месяцев ей снится сон: «Теперь уже не в воде... Муж требует, чтобы она, наконец, ушла. Даже бросает в ее сторону камень, как в собаку, гоня ее прочь».
В	1	Вопрос к задаче: Проанализируйте динамику проживания горя с точки зрения выполнения задач горевания по Вордену.
Э		По Вордену, основные задачи горевания исполнены не до конца: *Задача 1. Принятие реальности утраты*. Женщина не до конца её приняла: она вслушивается в шаги мужа, сохраняет его кабинет нетронутым. Это говорит о непризнании финальности смерти. *Задача 2. Переработка боли, причиняемой горем*. Данная задача не выполнена. Пугающие и тревожные образы из снов отражают её эмоциональную подавленность, указывают на болезненную эмоциональную фиксацию на потере. *Задача 3 приспособиться к миру без умершего*. Эта задача не выполняется: клиентка поддерживает тесную психологическую связь с умершим супругом, что мешает ей принять новую реальность и адаптироваться к жизни без него. *Задача 4. Сохраняя связь с умершим, приступить к построению новой жизни* заблокирована, так как нет эмоционального признания факта потери, идеализация умершего
В	2	Вопрос к задаче: Проанализируйте динамику проживания горя на материале сновидений (I, II, III).
Э		Сны отражают формирование бессознательной готовности отпустить мужа. I. Сны указывают на регрессию в ранние травмы – детский страх воды, раннюю утрату родителей. Сны кишат опасными существами, отражающими тревогу и страхи клиентки. Она настойчиво ищет мужа, во сне и наяву, стремится любой ценой сохранить внутреннюю связь с ним. II. Этот сон более структурирован, имеет последовательный сюжет. Фигура мужа пассивная, это идеализированный объект спасения. Действия клиентки во сне указывают на большое внутреннее сопротивление тому, чтобы отпустить мужа в мир мертвых. Однако его фигура исчезает, это начало адаптации и формирование готовности к тому, что удержать умершего среди живых невозможно. III. В этом сне нет воды, наблюдается нивелирование регрессивных тенденций по сравнению с прежними снами. Муж представляет собой

		неидеализированную, активную фигуру, что говорит об ослаблении фиксации женщины на умершем. Однако тот факт, что клиентка не сама оставляет его, а он грубо прогоняет её, указывает на бессознательную готовность к сепарации при отсутствии сознательного разрешения от «Я» .
Р2	отлично	1. Верно отмечены все задачи горя по Вордену, обосновано решение 2. Логически непротиворечиво и обоснованно раскрыта динамика проживания горя в сновидении клиентки
Р1	Хорошо/ удовлетво-рительно	1. Три задачи горя по Вордену определены верно 2. В целом верно, но без деталей, раскрыта динамика проживания горя в сновидении клиентки
Р0	Неудовле-твори-тельно	1. Неверно проанализированы две и более задачи горя по Вордену 2. Отсутствие попыток или неверно раскрыта динамика проживания горя в сновидении клиентки

Ситуационная задача № 2

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст**
С	37.05.01	Клиническая психология
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
К	ПК-2	Способен разрабатывать программы мониторинга психологической безопасности и комфортности профессиональной и социальной среды, выделять и оценивать психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности, проводить мониторинг, анализировать и обобщать полученные данные, разрабатывать на их основе психологические рекомендации по минимизации негативных явлений.
Ф		Эльзессер Анастасия Сергеевна
И		Анна – 34-летняя женщина, работает дизайнером интерьеров. Полгода назад неожиданно умерла её мать (61 год) из-за тромбоэмболии («оторвался тромб»). Анна пришла на консультацию, потому что не может «отпустить» маму: часто плачет, испытывает чувство вины, сны о матери стали регулярными. Психолог: Расскажите, пожалуйста, какой была Ваша мама? Она была скорее экспрессивной или наоборот, сдержанной, тёплой или холодной? Анна: Она была сдержанной. Очень строгой. В доме всегда должен был быть порядок. Не то чтобы она была холодной… но она не обнимала меня просто так. Психолог: А как она выражала свои чувства по отношению к Вам? Как Вы узнавали, что она Вас любит? Анна: Иногда покупала мне что-то полезное, без повода. Она готовила еду, но никогда не говорила «люблю тебя». Скорее через действия. Психолог: Если бы Ваша мама оказалась здесь, рядом, что бы Вы ей сказали? Анна: Я бы спросила, гордилась ли она мной. И... сказала бы, что мне всегда её не хватало. Что мне не хватало её тепла. (…) Психолог: Какие у неё были недостатки? Анна: Она была требовательной до жестокости. Всё должно быть "идеально". Часто критиковала. Психолог: А какие были самые неприятные моменты в ваших отношениях? Анна: Когда я не поступила в университет, она не разговаривала со мной неделю. Тогда я почувствовала себя никчёмной.

		Психолог: А можете вспомнить о ней что-то забавное? Что-то, что заставляет Вас улыбнуться? Анна: Ну, она забавно пела, когда мыла посуду. У неё не очень хорошо получалось, но она в это время так светилась, будто на сцене выступает. (…) Психолог: А были у неё какие-то привычки, которые Вас раздражали? Анна: О, да. Она раскладывала и расставляла всё как по линейке. Даже зубные щетки. Я их иногда специально сдвигала, назло. Психолог: Что раздражало в ней больше всего? Анна: Она часто критиковала меня. Будто я никогда не была достаточно хорошей. Психолог: Когда Вы видели её в последний раз? Анна: За день до смерти. Мы поссорились из-за мелочи – я не так поставила кастрюлю. Она стала мне выговаривать, я обиделась и ушла. Больше её не видела живой. Психолог: Какая была Ваша первая реакция на её смерть? Вы плакали? Анна: Я... нет. Я не могла плакать сначала. У меня будто замерло всё внутри. А потом рыдала, долго не могла остановиться. Психолог: Удалось ли Вам с ней проститься? Анна: Не по-настоящему. Я видела её в гробу, но это было не то. Я не сказала ей, что простила её. Психолог: Расскажите, как проходили похороны. Её кремировали? Анна: Нет, похоронили на кладбище. Было много людей. Все говорили, какая она была сильная женщина. Психолог: Вы приходили на могилу? Часто? Анна: Несколько раз в месяц. Я чувствую вину, если не хожу. (…) Психолог: А что случилось с её личными вещами? Анна: Я долго не могла зайти в её комнату. Потом сложила вещи в коробки. Некоторые выбросила. Но многое храню. Психолог: Были у неё любимые вещи? Что Вы с ними сделали? Анна: Да, была старая вязаная кофта. Я оставила её у себя. Иногда надеваю, когда скучаю. Психолог: Это хорошо. А пользуетесь ли Вы чем-то ещё из её вещей? Анна: Нет, в остальном, нет. Даже её духи я не могу выносить. Слишком больно…
В	1	Предположите, какой тип привязанности демонстрирует клиент
В	2	Проанализируйте переживание горя клиента с точки зрения выполнения задач горя по Вордену

Чек-лист к ситуационной задаче № 2

	Код	**Текст компетенции / названия трудовой функции / названия трудового действия / текст**
С	37.05.01	Клиническая психология
К	УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий
К	ПК-2	Способен разрабатывать программы мониторинга психологической безопасности и комфортности профессиональной и социальной среды, выделять и оценивать психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности, проводить мониторинг, анализировать и обобщать полученные данные, разрабатывать на их основе психологические рекомендации по минимизации негативных явлений.

Ф		Эльзессер Анастасия Сергеевна
И		Анна – 34-летняя женщина, работает дизайнером интерьеров. Полгода назад неожиданно умерла её мать (61 год) из-за тромбоэмболии («оторвался тромб»). Анна пришла на консультацию, потому что не может «отпустить» маму: часто плачет, испытывает чувство вины, сны о матери стали регулярными. Психолог: Расскажите, пожалуйста, какой была Ваша мама? Она была скорее экспрессивной или наоборот, сдержанной, тёплой или холодной? Анна: Она была сдержанной. Очень строгой. В доме всегда должен был быть порядок. Не то чтобы она была холодной… но она не обнимала меня просто так. Психолог: А как она выражала свои чувства по отношению к Вам? Как Вы узнавали, что она Вас любит? Анна: Иногда покупала мне что-то полезное, без повода. Она готовила еду, но никогда не говорила «люблю тебя». Скорее через действия. Психолог: Если бы Ваша мама оказалась здесь, рядом, что бы Вы ей сказали? Анна: Я бы спросила, гордилась ли она мной. И... сказала бы, что мне всегда её не хватало. Что мне не хватало её тепла.(…) Психолог: Какие у неё были недостатки? Анна: Она была требовательной до жестокости. Всё должно быть "идеально". Часто критиковала. Психолог: А какие были самые неприятные моменты в ваших отношениях? Анна: Когда я не поступила в университет, она не разговаривала со мной неделю. Тогда я почувствовала себя никчёмной. Психолог: А можете вспомнить о ней что-то забавное? Что-то, что заставляет Вас улыбнуться? Анна: Ну, она забавно пела, когда мыла посуду. У неё не очень хорошо получалось, но она в это время так светилась, будто на сцене выступает. (…) Психолог: А были у неё какие-то привычки, которые Вас раздражали? Анна: О, да. Она раскладывала и расставляла всё как по линейке. Даже зубные щетки. Я их иногда специально сдвигала, назло. Психолог: Что раздражало в ней больше всего? Анна: Она часто критиковала меня. Будто я никогда не была достаточно хорошей. Психолог: Когда Вы видели её в последний раз? Анна: За день до смерти. Мы поссорились из-за мелочи – я не так поставила кастрюлю. Она стала мне выговаривать, я обиделась и ушла. Больше её не видела живой. Психолог: Какая была Ваша первая реакция на её смерть? Вы плакали? Анна: Я... нет. Я не могла плакать сначала. У меня будто замерло всё внутри. А потом рыдала, долго не могла остановиться. Психолог: Удалось ли Вам с ней проститься? Анна: Да, но не по-настоящему. Я видела её в гробу, но это было не то. Я не сказала ей, что простила её. Психолог: Расскажите, как проходили похороны. Её кремировали? Анна: Нет, похоронили на кладбище. Было много людей. Все говорили, какая она была сильная женщина. Психолог: Вы приходили на могилу? Часто? Анна: Несколько раз в месяц. Я чувствую вину, если не хожу. (…) Психолог: А что случилось с её личными вещами? Анна: Я долго не могла зайти в её комнату. Потом сложила вещи в коробки. Некоторые выбросила. Но многое храню.

		Психолог: Были у неё любимые вещи? Что Вы с ними сделали? Анна: Да, была старая вязаная кофта. Я оставила её у себя. Иногда надеваю, когда скучаю. Психолог: Это хорошо. А пользуетесь ли Вы чем-то ещё из её вещей? Анна: Нет, в остальном, нет. Даже её духи я не могу выносить, слишком больно…
В	1	Предположите, какой тип привязанности демонстрирует клиент
Э		У Анны выражена потребность в любви, признании, тепле, однако ей «всегда не хватало» матери, «не хватало её тепла»; мать «не то чтобы была холодной», но проявляла сдержанность, педантичность, требовательность и часто критиковала дочь. Можно предположить амбивалентную привязанность у Анны
В	2	Проанализируйте переживание горя у клиента с точки зрения выполнения задач горя по Вордену
Э		По Вордену, основные задачи горевания исполнены не до конца: *Задача 1. Принятие реальности утраты*. Задача в процессе выполнения: женщина осознает факт смерти, но для неё это «не по-настоящему», сохранила многое из вещей в коробках в комнате матери. *Задача 2. Переработка боли, причиняемой горем*. Данная задача в процессе выполнения. Женщина испытывает сильные переживания по поводу комнаты матери («долго не могла зайти»), её духов («не могу выносить, слишком больно…»). У клиента амбивалентная привязанность, любовь по близкому человеку сменяется чувствами вины («я чувствую вину, если не хожу») и обиды («я не сказала ей, что простила её»). *Задача 3 приспособиться к миру без умершего* также в процессе. Анна справилась с организацией похорон, ведет быт, распорядилась вещами матери, насколько это было в её силах. Адаптацию осложняет амбивалентность привязанности к матери, которая ярко проявляется у Анны, вызывает сильные переживания, трудности в формировании новых смыслов. *Задача 4. Сохраняя связь с умершим, приступить к построению новой жизни*: Анна выработала ритуал, поддерживающий связь с матерью («была старая вязаная кофта… иногда надеваю, когда скучаю») Тем не менее, чувство вины, прошлые отношения с матерью всё ещё управляют её поступками.
Р2	отлично	1. Верно определен тип привязанности клиента, ответ обоснован 2. Верно проанализированы все задачи горя по Вордену, обосновано решение
Р1	Хорошо/ удовлетво-рительно	1. Верно определен тип привязанности клиента 2. Верно проанализированы три задачи горя по Вордену
Р0	Неудов-летвори-тельно	1. Отсутствие ответа или неверно определен тип привязанности клиента 2. Отсутствие ответа или неверно проанализированы две и более задачи горя по Вордену

Примерные темы для дискуссий на тему «Переживание горя в пьесе У. Шекспира «Гамлет»» в рамках практического задания 1 «Динамика переживания горя и осложненного горя».

1. Что обусловило сложную реакцию горя у Гамлета? Какие он понёс потери: в социальном окружении; на ценностно-смысловом уровне?
2. Каким образом горе Гамлета приводит его к мотиву мести?

3. Почему Гамлет медлит с расправой? Ранее Гамлет убил в поединке Фортинбраса (отца полководца Фортинбраса), расправился с Полонием, отправил на смерть Розенкранца и Гильденстерна.
4. Как Королева переживает смерть отца Гамлета: её мотивы поспешного замужества и реакция Гамлета на них.
5. Какие потери понесла Офелия? Можно ли говорить о внутриличностном конфликте девушки?
6. Что привело Офелию к безумию? Какие мотивы видны в её песнях?
7. Какие потери пережил Лаэрт и как он проживает горе?
8. Чем отличаются переживания Лаэрта и Гамлета? Как завершается жизненный путь Лаэрта?
9. Какие мотивы сильнее выступают у Гамлета: интерес к смерти, признание ценности жизни?

Примеры таблиц для заполнения и дискуссии на практическом занятии 2 «Когнитивная психотерапия при работе с утратой».

№	Автоматическая мысль	Когнитивное искажение	Вопросы терапевта
1	«Я больше никогда не буду счастлив»		
2	«Теперь все будет только хуже»		
3	«Моя жизнь больше не имеет смысла.»		
4	«Это моя вина, что он умер.		
5	«Я не мог сделать ничего, чтобы помочь ему»		
6	«Я не смогу пережить эту боль, она не уйдёт»		
7	«Я не должен думать о потере, потому что моим близким сейчас гораздо труднее, чем мне»		
8	«Я не могу жить без него, мне незачем больше жить»		
9	«Если бы я сказала ему, как сильно я его люблю, он был бы ещё жив»		
10	«Я потеряла его, значит, я всегда буду одна»		
11	«Я не имею права радоваться жизни»		
12	«Это моя кара/наказание»		
13	«Если я перестану страдать, я забуду о нём/ней»		

Пример бланка для индивидуальной работы и обсуждения эффективности работы с глубинными убеждениями

Бланк для работы с глубинными убеждениями*

Старое глубинное убеждение: _____

Насколько вы уверены сейчас в истинности глубинного убеждениия? (0-100%) _____
Какова была ваша самая сильная уверенность в его истинности на прошлой неделе (0-100)?____
Какова была ваша самая слабая уверенность в его истинности на прошлой неделе (0-100)? ____
Новое убеждение: _____
Насколько вы уверены сейчас в истинности нового убеждений? (0-100) _____

Доказательства, противоречащие старому убеждению и поддерживающие новое убеждение	**Доказательства, поддерживающие старое глубинное убеждение и альтернативные объяснения**

* цитируется в учебных целях по материалам издания «Когнитивная терапия. Полное руководство» Дж. Бэк.

Пример миникейсов для анализа и групповой дискуссии
Задание для диалогов 1-4: определите, есть ли у клиента признаки длительного расстройства горя? Обоснуйте свой ответ.

Диалог 1.
Психолог: Расскажите, каким он был?
Марина: Мой сын был лучшим человеком в моей жизни. Добрый, умный… Он знал, как поддержать.
Психолог: Когда вы его вспоминаете, какие чувства приходят?
Марина: Словно он вчера погиб. 20 лет прошло, а я до сих пор не могу пройти мимо его комнаты. Всё осталось так, как он оставил.
Психолог: А что с его вещами?
Марина: Всё храню. Даже его расческу. Я не позволила никому трогать.
Психолог: А с близкими общаетесь?
Марина: Нет. Я не чувствую, что кто-то способен понять. Мне проще одной.
Психолог: Если бы он был сейчас здесь, что бы вы ему сказали?
Марина: Что мне хочется быть с ним. Я каждый вечер думаю, что лучше бы ушла я.
Психолог: Что было самым тяжёлым в тот день?
Марина: Всё. Я до сих пор не понимаю, как он мог просто… не проснуться. Он был молодой, сильный. Это шок до сих пор.

Диалог 2.
Психолог: Каким был ваш отец?
Артём: Жёсткий, но справедливый. Мы не были особо близки, но он был примером.
Психолог: А сейчас, когда вы о нём думаете?
Артём: Я чувствую пустоту. Как будто ушёл ориентир.
Психолог: Как вы справляетесь с повседневными делами?
Артём: Работаю, как всегда. Спортом занимаюсь. Просто не думаю об этом.
Психолог: Вы бывали на могиле?
Артём: Один раз, на 40 дней. Потом не хотелось. Я думаю, ему уже всё равно.
Психолог: Как вы прощались?
Артём: Да никак. Я даже не плакал.
Психолог: Какие чувства у вас, когда вы его вспоминаете?
Артём: Я скорее злюсь. Он не заботился о себе. Умер от инфаркта, как будто просто решил всё бросить.
Психолог: Хотели бы что-то ему сказать?
Артём: Нет. Всё, уже поздно.

Диалог 3.
Психолог: Что это был за человек?
Наталья: Тёплый. Заботливый. Мы были вместе 38 лет.
Психолог: Как он выражал любовь?
Наталья: Просто был рядом. Смотрел, как на родную душу.
Психолог: Как вы пережили его смерть?
Наталья: Поначалу не могла поверить. Потом просто перестала чувствовать. Ни боли, ни радости. Я онемела.
Психолог: А как сейчас?
Наталья: Я не живу, я существую. Всё бессмысленно.
Психолог: Что стало с его вещами?
Наталья: Всё лежит. Иногда надеваю его свитер. Сажусь в его кресло.
Психолог: Что вы чувствуете, когда вспоминаете его?
Наталья: Что я потеряла часть себя. Он ушёл — и я как будто исчезла наполовину.
Психолог: Есть ли у вас планы на будущее?
Наталья: Нет. Я жду, когда просто всё закончится. Мне нечего ждать.

Диалог 4.
Психолог: Какой была ваша сестра?

Инна: Весёлая, шумная. Она всё время придумывала что-то.
Психолог: Что вы чувствовали, когда её не стало?
Инна: Всё рухнуло. Я не понимала, как жить.
Психолог: Как сейчас?
Инна: Я не могу говорить о ней без слёз. Каждый день думаю о ней.
Психолог: Бываете у неё на могиле?
Инна: Нет. Я не могу туда идти. Не готова.
Психолог: Есть ли у вас кто-то, с кем вы можете поговорить об этом?
Инна: Нет. Люди устали слушать. Говорят: «год прошел, пора отпустить». А я не могу.
Психолог: Что произошло с её вещами?
Инна: Всё лежит у меня. Как будто она ещё придёт.
Психолог: Хотели бы вы, чтобы она была рядом?
Инна: Иногда да. Особенно в моменты тишины. Как будто она зовёт.

Для зачета
«Зачтено» выставляется обучающемуся, если он показал достаточно прочные знания основных положений учебной дисциплины, умение самостоятельно решать конкретные практические задачи, предусмотренные рабочей программой, ориентироваться в рекомендованной справочной литературе, умеет правильно оценить полученные результаты.
«Не зачтено» выставляется обучающемуся, если при ответе выявились существенные пробелы в знаниях основных положений учебной дисциплины, неумение с помощью преподавателя получить правильное решение конкретной практической задачи из числа предусмотренных рабочей программой учебной дисциплины.