

Министерство образования и науки Краснодарского края

Государственное бюджетное образовательное учреждение
дополнительного профессионального образования
«Институт развития образования» Краснодарского края
(ГБОУ ИРО Краснодарского края)

УТВЕРЖДАЮ

Ректор ГБОУ ИРО

Краснодарского края

Т.А. Гайдук

от «3» сентября 2025 г.



**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА**

повышения квалификации (внебюджет)

«Введение в системную семейную психотерапию»

Рассмотрена и утверждена на
заседании Ученого совета
протокол № 6
от «3» сентября 2025 г.

Программа обсуждена на
заседании кафедры
психологии, педагогики и
дополнительного
образования
протокол № 10
от «18» августа 2025 г.

Авторы (составители):

Рябинин Артем Сергеевич, преподаватель кафедры психологии, педагогики и дополнительного образования ГБОУ ИРО Краснодарского края.

Сергеева Светлана Викторовна, заместитель руководителя Центра сопровождения воспитательных проектов и программ, взаимодействия с общественными организациями ГБОУ ИРО Краснодарского края.

Краснодар, 2025

Внутренний рецензент: Тимашева Лариса Владимировна, доцент кафедры психологии, педагогики и дополнительного образования ГБОУ ИРО Краснодарского края, кандидат психологических наук.

Внешний рецензент: Хакунова Фатима Пшимафовна, декан факультета педагогики и психологии Адыгейского государственного университета, доктор психологических наук, профессор.

Структура

1. Общая характеристика программы (пояснительная записка)	4
1.1. Обоснование актуальности и ее практической значимости	4
1.2. Цель и задачи реализации программы	5
1.3. Планируемые результаты обучения	5
1.4. Целевая аудитория (контингент слушателей)	6
1.5. Трудоемкость обучения	6
1.6. Форма обучения	6
2. Содержание программы	7
2.1. Учебный план	7
2.2. Учебно-тематический план	8
2.3. Календарный учебный график	9
2.4. Рабочая программа	9
3. Материалы контроля качества освоения программы	12
3.1. Промежуточная аттестация	12
3.2. Итоговая аттестация	13
4. Организационно-педагогические условия реализации программы	14
4.1. Кадровые условия (составители программы)	14
4.2. Материально-технические условия	14
4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	14
5. Список рекомендованной литературы	15

1. Общая характеристика программы (пояснительная записка)

1.1. Обоснование актуальности и ее практической значимости

Современные социокультурные и психологические реалии обостряют семейные и внутриличностные конфликты, усиливают эмоциональную нестабильность и нарушают механизмы адаптации. В этих условиях возрастает потребность в специалистах, способных оказывать профессиональную помощь как отдельным людям, так и целым семейным системам. На фоне роста обращений за психологической поддержкой всё более актуальной становится системная психотерапия — как форма, учитывающая не только личностный уровень, но и динамику межличностных и внутрисемейных отношений.

Программа ориентирована на развитие у специалистов комплексного, контекстуального взгляда на проблемы клиента. Она сочетает классические теории семейной терапии (Минухин, Боуэн, Хейли, Сатир) с современными интегративными моделями, в частности, моделью внутренних семейных систем (IFS), разработанной Р. Шварцем и адаптированной для работы с травмой, ПТСР, тревожностью и диссоциативными расстройствами. Такой подход позволяет учитывать как внешние — семейные и культурные — контексты клиента, так и внутреннюю структуру его «психической семьи».

Программа отвечает требованиям профессионального стандарта «Психолог» (утв. Приказом Минтруда России от 24.07.2015 № 514н), где одной из задач специалиста обозначено «консультирование клиентов по вопросам семейных и межличностных взаимоотношений». Также она согласуется с задачами непрерывного образования, отражёнными в Федеральном законе от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации», и с положениями Этического кодекса психолога Российской Федерации.

Практическая направленность курса (в том числе супервизия и моделирование сессий) делает его особенно ценным для начинающих консультантов и специалистов, работающих в сфере образования, медицины, социальной поддержки, реабилитации. Возможность интеграции знаний о семейной системе и внутренних субличностях клиента расширяет профессиональный инструментарий, повышает чувствительность специалиста к внутренним процессам и усиливает эффективность психологической помощи.

Программа актуальна с точки зрения:

- растущего социального запроса на работу с семейной и травматической динамикой;
- профессиональных и этических стандартов современной психотерапевтической практики;
- необходимости системного и целостного подхода к консультированию и терапии личности в контексте семьи и культуры.

1.2. Цель и задачи реализации программы

Цель: Формирование у слушателей целостного представления о системной семейной психотерапии, освоение ключевых подходов, развитие начальных навыков консультативной и психотерапевтической работы с семьями и отдельными членами семейных систем.

Задачи:

1. Сформировать у слушателей базу системного мышления и понимания семьи как целостной взаимозависимой системы;

2. Ознакомить с классическими направлениями семейной терапии (Минухин, Боуэн, Хейли, Сатир);

3. Ввести теоретические и практические основы модели внутренних семейных систем;

4. Сформировать начальные навыки системной диагностики, контрактации, консультативного контакта и интервенций;

5. Развить способность к саморефлексии, этической позиции и бережной работе с динамикой семьи и клиента.

2. Планируемые результаты обучения

Для педагогических работников:

Профессиональный стандарт (название)	Трудовая функция	Трудовое действие	Знать/Уметь
Психолог в социальной сфере / Психолог в сфере образования (утв. Приказом Минтруда России от 24.07.2015 № 514н)	Психолого-педагогическое сопровождение образовательного процесса, консультирование участников образовательных отношений по вопросам семейных и межличностных взаимоотношений.	1. Проведение психологического консультирования в рамках системного подхода. 2. Диагностика особенностей семейной системы и внутрисемейных взаимодействий. 3. Разработка и реализация программ психологической помощи семьям и отдельным членам семей. 4. Ведение документации, соблюдение этических норм и конфиденциальности.	Знать: 2. Принципы системного мышления, динамики семейных взаимодействий, генограммы, триадной динамики. 4. Методы диагностики привязанности, семейных кризисов, ресурсных и деструктивных паттернов. Уметь: 1. Проводить системный анализ проблем клиента с учётом внешних и внутренних контекстов. 2. Составлять генограмму, определять семейные роли и треугольники.

1.4. Целевая аудитория (контингент слушателей)

К освоению программы допускаются лица, имеющие или получающие высшее образование. Студенты психологических и педагогических направлений. Специалисты, начинающие деятельность в сфере

психологического консультирования. Практикующие психологи, заинтересованные в систематизации базовых знаний.

1.5. Трудоемкость обучения

Продолжительность обучения: 144 часа.

Форма занятий	Объем (час)
Лекционных занятий (всего)	40
Лекционных занятий (дистанционно)	20
Лекционных занятий (аудиторных)	20
Практических занятий (всего)	104
Практических занятий (дистанционно)	40
Практических занятий (аудиторных)	24
Общий объем ДПП ПК	144

1.6. Форма обучения: очно-заочная с использованием дистанционных образовательных технологий и/ или электронного обучения

2. Содержание программы

2.1. Учебный план дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Тема ДПП ПК: Введение в системную семейную психотерапию.

Кафедра психологии, педагогики и дополнительного образования ГБОУ ИРО Краснодарского края.

Цель обучения по ДПП ПК: формирование у слушателей целостного представления о системной семейной психотерапии, освоение ключевых подходов, развитие начальных навыков консультативной и психотерапевтической работы с семьями и отдельными членами семейных систем.

Категория обучающихся: к освоению профессиональной переподготовки допускаются лица, имеющие или получающие высшее образование. Студенты психологических и педагогических направлений. Специалисты, начинающие деятельность в сфере психологического консультирования. Практикующие психологи, заинтересованные в систематизации базовых знаний.

Продолжительность обучения: 144 часа

Форма обучения: очно-заочная с использованием дистанционных образовательных технологий и/ или электронного обучения

Режим занятий: 8 часов в день

№ п/п	Наименование модулей, разделов	Всего, час	В том числе по видам занятий		Из них дистанционно	Форма контроля
			Лекции	Практические занятия		
1.	Базовые принципы системной семейной психотерапии	44	16	28	20	
2.	Глубинные уровни функционирования семьи и кризисные состояния.	44	12	32	20	
3.	Практика консультирования и П'S-модель в системной терапии	48	12	36	20	
Промежуточная аттестация:		4		4		Зачет
Итоговая аттестация:		4		4		Экзамен
Итого:		144	40	104	60	

Заведующий кафедрой психологии, педагогики и дополнительного образования

Миллер Ю.А.

2.2. Учебно-тематический план дополнительной профессиональной программы повышение квалификации

Тема ДПП ПК: Введение в системную семейную психотерапию

Кафедра психологии, педагогики и дополнительного образования ГБОУ ИРО Краснодарского края.

Цель обучения по ДПП ПК: формирование у слушателей целостного представления о системной семейной психотерапии, освоение ключевых подходов, развитие начальных навыков консультативной и психотерапевтической работы с семьями и отдельными членами семейных систем.

Категория обучающихся: к освоению профессиональной переподготовки допускаются лица, имеющие или получающие высшее образование. Студенты психологических и педагогических направлений. Специалисты, начинающие деятельность в сфере психологического консультирования. Практикующие психологи, заинтересованные в систематизации базовых знаний.

Продолжительность обучения: 144 часа

Форма обучения: очно-заочная с использованием дистанционных образовательных технологий и/ или электронного обучения

Режим занятий: 8 часов в день

№ п/п	Наименование модулей и разделов	Всего, час	В том числе по видам занятий		Из них дистанционно	Форма контроля
			Лекции	Практические занятия		
1	Базовые принципы системной семейной психотерапии	44	16	28	20	
1.1	Тема 1. Семья как система.	14	8	6	10	
1.2	Тема 2. История и развитие семейной терапии.	14	4	10	6	
1.3	Тема 3. Системно-аналитический подход.	16	4	12	4	
2	Промежуточная аттестация	2		2		Зачет
3	Глубинные уровни функционирования семьи и кризисные состояния.	44	12	32	20	
3.1	Тема 1. Привязанность и индивидуально-диадные процессы.	12	4	8	10	
3.2	Тема 2. Триадная динамика.	14	4	10	6	
3.3	Тема 3. Семейные кризисы.	18	4	14	4	
4	Промежуточная аттестация	2		2		Зачет
5	Практика консультирования и IFS-модель в системной терапии	48	12	36	20	

№ п/п	Наименование модулей и разделов	Всего, час	В том числе по видам занятий		Из них дистанционно	Форма контроля
			Лекции	Практические занятия		
5.1	Тема 1. Основы модели IFS (внутренние семейные системы).	16	4	12	10	
5.2	Тема 2. Интеграция внешней и внутренней систем.	14	4	10	6	
5.3	Тема 3. Профессиональная позиция и супервизия.	18	4	14	4	
Итоговая аттестация:		4		4		Экзамен
Итого:		144	40	104	60	

2.3. Календарный учебный график

По мере комплектации групп и согласно расписанию занятий.

2.4. Рабочая программа учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей) дополнительной профессиональной программы повышения квалификации

Тема ДПП ПК: Введение в системную семейную психотерапию

Раздел 1. Базовые принципы системной семейной психотерапии (44 часа)

Тема 1. Семья как система. Понятие системного мышления. Гомеостаз, обратная связь, иерархия, границы, роли. Основы анализа взаимодействий в семейной структуре. Разбор клиентских кейсов: структурные и динамические параметры. (14 часов)

Тема 2. История и развитие семейной терапии. Ключевые подходы: структурный (С. Минухин), стратегический (Д. Хейли), коммуникационный (П. Вацлавик), трансгенерационный (И. Босуормен, М. Боуэн), гуманистический (В. Сатир). Их методологические различия и точки интеграции. (14 часов)

Тема 3. Системно-аналитический подход. Интеграция психоаналитических и системных концепций. Роль привязанности, семейных мифов и сценариев. Составление генограммы. Работа с семейными ролями и треугольниками. (16 часов)

Таблица перечня практических (семинарских) занятий:

№ темы	Наименование практических (семинарских) занятия	
Тема 1	Анализ структуры семьи (границы, иерархия, роли). Видеоматериалов и кейсов. Ролевая игра «Семейный совет». Составление карты границ семьи.	Разбор совет».
Тема 2	Сравнение ключевых направлений семейной терапии. Разбор кейсов с применением разных подходов. Ролевая игра «Терапевт в разных парадигмах». Виды самостоятельной работы слушателя.	

№ темы	Наименование практических (семинарских) занятия
Тема 3	Составление генограммы. Анализ семейных мифов и сценариев. Работа с ролями и треугольниками.

Раздел 2. Промежуточная аттестация (2 часа)

Промежуточная аттестация проводится по завершению освоения предыдущего раздела программы и направлена на проверку уровня усвоения слушателями ключевых теоретических и практических положений дисциплины. В рамках аттестации слушателям предлагается один из кейсов, разработанных и представленных в п.п. 3.1. Задача обучающихся - проанализировать предложенную ситуацию, выделить системные аспекты функционирования семьи или индивидуального клиента и продемонстрировать понимание применимых подходов и методов. Оценка осуществляется по критериям полноты анализа, корректности использования понятийного аппарата и логичности выводов.

Раздел 3. Глубинные уровни функционирования семьи и кризисные состояния (44 часа)

Тема 1. Привязанность и индивидуально-диадные процессы. Развитие привязанности (Боулби, Мейн), типология привязанности у детей и взрослых. ЭФТ как способ восстановления надёжной связи. Диагностика типа привязанности (опросники, интервью). (12 часов)

Тема 2. Триадная динамика. Роль третьего в системе (треугольники, триангуляция), влияние на отношения в паре и родительской подсистеме. (14 часов)

Тема 3. Семейные кризисы. Измена, болезнь, утрата, развод, психосоматические проявления. Этапы переживания, вмешательства, ресурсная функция семьи. Моделирование типичного цикла «преследователь – отстраняющийся». (18 часов)

Таблица перечня практических (семинарских) занятий:

№ темы	Наименование практических (семинарских) занятия
Тема 1	Анализ типов привязанности по кейсам. Диагностика привязанности (опросники, интервью). Отработка техник ЭФТ для восстановления связи.
Тема 2	Моделирование треугольников и триангуляции. Разбор влияния третьего на отношения в паре. Ролевые игры для исследования триадных процессов.
Тема 3	Анализ кейсов измен, утрат, болезней, разводов. Отработка стратегий психологического вмешательства. Моделирование цикла «преследователь – отстраняющийся».

Раздел 4. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится по завершению освоения предыдущего раздела программы и предполагает представление слушателями собственной генограммы, выполненной на основании изученного

теоретического материала и с опорой на правила построения системного анализа семьи. В работе должны быть отражены структура семьи минимум в трёх поколениях, ключевые ролевые и эмоциональные связи, а также выявлены возможные паттерны и повторяющиеся сценарии. Оценка строится на основании полноты и точности представленной информации, способности слушателя анализировать системные взаимосвязи и корректно интерпретировать полученные данные.

Раздел 5. Практика консультирования и IFS-модель в системной терапии (48 часов)

Тема 1. Основы модели IFS (внутренние семейные системы). Самость, менеджеры, изгнанники, пожарные. Структура и динамика внутренней системы. Принципы фасилитации. Создание карты внутренних частей клиента. (16 часов)

Тема 2. Интеграция внешней и внутренней систем. Как семейная история отражается в структуре личности. Ресурсные и конфликтные части в контексте родовых сценариев. Самоанализ: наблюдение за собственными реакциями, защитами и переносами. (14 часов)

Тема 3. Профессиональная позиция и супервизия. Этика, саморегуляция, границы. Роль супервизии и саморефлексии в работе специалиста. (18 часов)

Таблица перечня практических (семинарских) занятий:

№ темы	Наименование практических (семинарских) занятия
Тема 1	Создание карты внутренних частей клиента. Разбор кейсов по структуре внутренней системы. Отработка фасилитации диалога с частями.
Тема 2	Анализ влияния семейной истории на личность. Определение ресурсных и конфликтных частей. Самоанализ реакций и переносов в работе с клиентом.
Тема 3	Разбор этических дилемм в консультировании. Отработка навыков саморегуляции и удержания границ. Практика групповой супервизии и профессиональной рефлексии.

Итоговая аттестация (4 часа)

Итоговая аттестация проводится по завершении программы и носит комплексный характер. Слушатели самостоятельно подготавливают кейс из собственной практики либо составленный на основе учебных материалов и формулируют его решение, опираясь на список экзаменационных вопросов. В своей работе обучающиеся должны раскрыть не менее трёх вопросов, продемонстрировав системное мышление, умение интегрировать теорию и практику, а также навыки рефлексии и аргументации. Итоговая аттестация проводится в форме экзамена, предусматривающего представление кейса и устные ответы на уточняющие вопросы преподавателя.

3. Материалы контроля качества освоения программ

3.1. Промежуточная аттестация:

Примерный перечень вопросов (кейсов) к зачёту по дисциплине (Введение в системную семейную психотерапию):

1. В семье подросток стал избегать общения, а родители усилили контроль. Опишите динамику системы, выделите тип границ и предложите направления вмешательства.

2. В семье муж и жена часто ссорятся при ребёнке, при этом оба активно обращаются за поддержкой к бабушке. Определите наличие треугольников, опишите их влияние на систему.

3. К вам на приём пришла семья с жалобой на «ленивого сына». При анализе выясняется, что мать часто выполняет за него задачи, а отец дистанцирован. Определите роли и возможные функции симптома.

4. Разберите генограмму, где в трёх поколениях повторяется развод в первые 5 лет брака. Какой вывод можно сделать о семейных сценариях и мифах?

5. В семье наблюдаются жёсткие границы между поколениями и минимальные эмоциональные контакты. Какие ресурсы и риски есть у такой структуры?

6. В семье подросток стал проводить всё больше времени в своей комнате, отказывается от совместных ужинов и общения с родителями. Мать пытается «вытянуть» его разговорами, отец усиливает критику. Опишите предполагаемую динамику системы, определите типы привязанности родителей и подростка, предложите стратегию психологической помощи.

7. Супружеская пара обращается с жалобой на постоянные конфликты из-за воспитания ребёнка. Мать считает, что отец слишком строг, отец обвиняет мать в чрезмерной мягкости. Определите наличие треугольников, оцените тип границ и возможные последствия для ребёнка, предложите направления работы.

8. В семье после утраты одного из членов наблюдается эмоциональная дистанция между оставшимися родственниками. Общение стало формальным, темы, связанные с умершим, избегаются. Определите стадии переживания горя, опишите ресурсную и деструктивную функции этого кризиса, предложите возможные интервенции.

9. Клиентка обращается с жалобой на невозможность строить длительные отношения. При исследовании выясняется, что в её родительской семье отец был эмоционально недоступен, а мать чрезмерно вовлечена в жизнь дочери. Постройте генограмму на основе описания, определите семейные сценарии и их влияние на выбор партнёров, предложите технику работы с этим запросом.

3.2. Итоговая аттестация

Экзаменационные вопросы по дисциплине «Введение в системную семейную психотерапию»:

1. Понятие семьи как системы: основные характеристики.
2. Принцип гомеостаза и его роль в поддержании семейной структуры.
3. Типы границ в семейной системе: жёсткие, гибкие, размытые.
4. Семейные роли и их функциональное значение.
5. Виды обратной связи в системе и их влияние на взаимодействие.
6. Структурный подход С. Минухина: основные концепты.
7. Стратегический подход Д. Хейли: особенности и примеры техник.
8. Коммуникационный подход П. Вацлавика: основные идеи.
9. Трансгенерационный подход М. Боуэна: ключевые понятия.
10. Гуманистический подход В. Сатир в работе с семьёй.
11. Системно-аналитический подход: интеграция психоанализа и системной теории.
12. Генограмма: назначение, принципы построения и анализа.
13. Семейные мифы и сценарии: выявление и работа с ними.
14. Понятие триангуляции и работа с треугольниками.
15. Теория привязанности Дж. Боулби и М. Мейн: основные положения.
16. Типы привязанности у детей: надёжная, избегающая, тревожная, дезорганизованная.
17. Типы привязанности у взрослых и их проявления в парных отношениях.
18. Принципы Emotionally Focused Therapy (ЭФТ) в работе с нарушенной привязанностью.
19. Диагностика типа привязанности: основные методы (опросники, интервью).
20. Триадная динамика: понятие, примеры, влияние на систему.
21. Понятие «роль третьего» в семейной системе.
22. Влияние триангуляции на отношения в паре и с детьми.
23. Понятие семейного кризиса: виды, этапы, признаки.
24. Измена как кризис: динамика переживания и направления помощи.
25. Болезнь и утрата: ресурсные и деструктивные функции для семьи.
26. Развод как кризис: стадии, риски, стратегии помощи.
27. Психосоматические проявления как отражение семейной динамики.
28. Модель цикла «преследователь – отстраняющийся» и способы коррекции.
29. Влияние межпоколенческой передачи травмы на семейную систему.
30. Модель IFS (Internal Family Systems): основные понятия.
31. Понятие Самости в IFS: качества, функции, значение.
32. Типы частей в IFS: менеджеры, изгнанники, пожарные.
33. Создание карты внутренних частей клиента: алгоритм.
34. Принципы фасилитации диалога с частями.
35. Интеграция внутренней и внешней семейных систем: подходы и задачи.
36. Ресурсные и конфликтные части личности в контексте семейной истории.

37. Понятие переносов и защит в консультативной практике.
38. Профессиональная позиция психолога в системной терапии.
39. Этические аспекты в работе семейного психотерапевта.
40. Роль супервизии и саморефлексии в профессиональном развитии специалиста.

4. Организационно-педагогические условия реализации программы

4.1 Кадровые условия (составители программы): в качестве лекторов привлекаются специалисты с высшим психолого-педагогическим образованием, ведущие специалисты в области психологического консультирования.

4.2 Материально-технические условия: компьютерное оборудование, видео- аудиовизуальные средства обучения: интерактивная доска, проектор. Наличие доступа к сети Интернет.

4.3 Учебно-методическое и информационное обеспечение программы
Учебно-методический комплект ДПП ПК:

- рабочая программа дисциплины (модуля) с тематическим и календарным планированием;
- учебно-методические пособия и конспекты лекций по всем темам программы;
- комплект раздаточных материалов для проведения практических занятий;
- методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы слушателей;
- тестовые задания, контрольные вопросы и оценочные листы для проведения промежуточного и итогового контроля;
- подборку кейсов, ситуационных и ролевых заданий для анализа и моделирования консультативных сессий;
- список основной и дополнительной литературы, соответствующей тематике программы;
- презентации, мультимедийные материалы, схемы и таблицы для визуализации учебного материала;
- доступ к электронным библиотечным системам и специализированным базам данных по психологии и психотерапии;
- видеоматериалы (записи демонстрационных сессий, интервью с экспертами, примеры применения техник).

21. Сагиндашев Б. М. Этика и профессиональная идентичность психолога. — М. : РГГУ, 2015. — 176 с.
22. Сатир В. Как строить себя и свою семью. — М. : Прогресс, 1992. — 286 с.
23. Хейли Д. Терапия в стратегическом ключе. — СПб. : Питер, 2000. — 240 с.
24. Бурно М. Е. Терапия творческим самовыражением. — М. : Альма Матер, 2012. — 487 с.
25. Бурно М. Е. О характерах людей. — М. : Академический проект, 2014. — 639 с.
26. Бурно М. Е. Клиническая психотерапия. — Екатеринбург ; М. : Деловая книга, 2006. — 799 с.
27. Ковалёв С. В. Психотерапия : учебник для вузов. — М. : Когито-Центр, 2020. — 512 с.
28. Карвасарский Б. Д. Общая психотерапия. — СПб. : Питер, 2018. — 864 с.
29. Братусь Б. С. Аномалии личности. — М. : Смысл, 2021. — 368 с.
30. Малюта А. Н. Психотерапия и консультирование : учебное пособие. — М. : Академия, 2022. — 304 с.
31. Крюкова Т. Л. Психология семьи : учебное пособие. — М. : Юрайт, 2023. — 274 с.
32. Олифинович Н. И., Рождественская Т. Ю. Психология семьи : учебник для бакалавров. — М. : Юрайт, 2020. — 352 с.
33. Кочюнас Р. Групповая психотерапия : теория и практика. — М. : Академический проект, 2021. — 336 с.
34. Василюк Ф. Е. Психология переживания. — М. : Смысл, 2020. — 288 с.