

Министерство культуры Российской Федерации  
**СЕРГИЕВО-ПОСАДСКИЙ ФИЛИАЛ**  
федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования  
**«ВСЕРОССИЙСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
КИНЕМАТОГРАФИИ имени С.А. ГЕРАСИМОВА»**  
Особо ценный объект культурного наследия народов Российской Федерации



**Russian State University of Cinematography n.a. S.Gerasimov**

---

проспект Красной Армии, 193 г. Сергиев Посад, Московская обл. 141300, тел/факс. +7 496 542 5800 [sp-kytk@yandex.ru](mailto:sp-kytk@yandex.ru),  
[www.vgiksp.ru](http://www.vgiksp.ru)

Утверждаю  
и. о. директора филиала

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

Учебной общепрофессиональной дисциплины

**ОП.10 «Практическая психология»**

На базе основного общего образования.

По специальности **55.02.03 Кино- и телепроизводство**

## **СОДЕРЖАНИЕ**

- 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.10 «Практическая психология» является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 55.02.03 Кино- и телепроизводство.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) и профессиональной подготовке по профессиям.

## 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина входит в состав общепрофессионального цикла.

## 1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины

Главной *целью* дисциплины является воспитание творческой личности, способной к воссозданию на сцене процесса «Жизни человеческого духа» роли.

### *Задачи дисциплины:*

– знакомство с основными психологическими концепциями, в целях глубокого понимания устройства собственной психики и умения использовать ее механизмы в творчестве;

– изучение ведущих человеческих мотиваций и использование данных знаний в работе над фильмом;

– изучение кинопроизведений с точки зрения психологии, проработка психологических линий героев в процессе создания сценария.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *знать*:

– основы психологических понятий и терминов ряда деятелей психологии (З. Фрейд, К. Юнг, Э. Берн, С. Карпман, Э. Райх, А. Лоуэн, Г. Гурджиев, П. Успенский, Л. Выготский, Э. Эриксон, Дж.Кемпбелл);

– ряд основных понятий, используемых в кинопроизводстве;

– особенности съемочного процесса и его законы.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *уметь*:

– наблюдать и анализировать проявления собственной психики;

– осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития;

– применять на практике различные психологические формы, методы и средства в работе над фильмом.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен *владеть*:

– базовыми психологическими техниками, включая методы снятия стресса, техниками работы с эмоциями и чувствами, элементами актерских психотехник;

– методом разбора сценария, выстраивания линии персонажей.

В процессе изучения данного курса студенты приобретают знания, необходимые им для освоения следующих *общих компетенций*:

ОК.04 Эффективно взаимодействовать и работать в коллективе и команде

*профессиональных компетенций*, соответствующими основным видам профессиональной деятельности:

ПК 1.1. Разрабатывать режиссерский сценарий и раскадровку на основе литературного сценария с определением монтажно-ритмической структуры и изобразительного решения кино- и телефильма.

ПК.4.1 Разрабатывать монтажную структуру на основе анализа литературной основы фильма, режиссерского сценария и отснятого материала.

#### **1.4. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Освоение курса «Практическая психология» является важнейшей составляющей профессиональной подготовки специалиста по кино- и телепроизводству.

#### **1.5. Количество часов на освоение программы дисциплины:**

Объем образовательной нагрузки обучающегося – 74 часа;

Обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося – 74 часа.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Количество часов</b>
<b>Объем образовательной нагрузки обучающегося</b>	<b>74</b>
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	<b>74</b>
в том числе:	
практические занятия	32
контрольные работы	8
<b>Самостоятельная работа обучающегося (всего)</b>	<b>-</b>
<b>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачёта</b>	<b>2</b>

## 2.2. Тематический план учебной дисциплины Практическая психология

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
<b>Вводный урок</b>	Введение. Предмет и задачи курса. Психологическая грамотность художника, позволяющая видеть мир как сложную систему взаимоотношений, понимать законы устройства личности и использовать эти законы в деятельности. Изучение психологических концепций разных авторов, исследование себя (самоанализ) на примере каждой из концепций, наблюдение за людьми; формирование понятий, с помощью которых можно описывать состояния и переживания человека для интерпретации и создания образов героев фильма.	<b>4</b>	<b>1</b>
<b>Раздел 1</b>	<b>Психология межличностных отношений</b>	<b>48</b>	
<b>Тема 1.1 Концепция Э. Берна</b>	Состояние эго «Родитель», состояние эго «Взрослый», состояние эго «Ребенок». Трансактный анализ. Времяпрепровождение, деятельность. Игры. Жизненные сценарии. Родительское программирование.	10	2
	<b>Практические занятия:</b> Наблюдения за людьми, проявляющимися как «Родитель», «Взрослый», «Ребенок». Этюды на ситуации Родитель - Ребенок с демонстрацией перехода на Взрослый - Взрослый. Парные этюды на ситуации: Полицейский - Задержанный, Продавец - Покупатель, Родитель – ребенок (подросток), Муж - Жена, Директор - Работник, Режиссер - Актер. Этюды на тему «Игры людей».	12	2

Тема 1.2 Концепция С. Карпмана	Драматический Треугольник. Роли: «Жертва», «Преследователь», «Спасатель». Поведение, мысли и чувства человека, попавшего в каждую из ролей. Причины попадания в Треугольник. Выгоды каждой роли. Выход из роли. Выход из Треугольника. Треугольник силы. Роли: «Герой», «Философ», «Мотиватор». «Победитель», «Созерцатель», «Стратег».	16	2
	<b>Практические занятия:</b> Наблюдения за людьми в позиции «Жертва», «Преследователь», «Спасатель». Одиночные и парные этюды на человеческие проявления в позициях: «Жертва», «Преследователь» и «Спасатель». Этюды на переход в другую позицию: «Жертва» - «Герой», «Преследователь» - «Философ», «Спасатель» – «Мотиватор», «Герой» - «Победитель», «Философ» - «Созерцатель», «Мотиватор» - «Стратег», «Жертва-Герой-Победитель», «Преследователь -Философ- Созерцатель», «Спасатель – Мотиватор – Стратег». Разбор этюдов.	16	2
<b>Раздел 2</b>	<b>Телесно-ориентированная психология</b>	<b>32</b>	
Тема 2.1 Концепция В. Райха	Мускульные «зажимы» или мускульный панцирь. Характерный панцирь. Выразительность и энергонаполненность. 7 зон лица. 7 зон тела. Как зажимы проявляются в походке, жестах, позе, мимике. Какие упражнения снимают зажимы.	8	1
	<b>Практические занятия:</b> Тренинги и упражнения на снятие зажимов. Тренинг на пластическое и мимическое выражение эмоционального фона разного рода: уверенности, агрессии, контроля, презрения, подчинения.	12	1

<b>Тема 2.2 Концепция А. Лоуэна</b>	Связь между телом и разумом. Мышечное напряжение. Телесные блоки разных частей тела. Метод работы: дыхание, заземление и вибрация. Капитуляция перед собственным телом. Плач: эмоция, несущая разрядку. Страх. Гнев, Радость. Любовь, Пять видов характера и их характеристики (Шизоидный, Оральный, Психопатичный, Мазохистический, Ригидный.)	10	2
	<b>Практические занятия:</b> Работа с эмоциями. Тренинг на выброс гнева и рыдание. Парные импровизации на тему «Арки Лоуэна».	12	2
<b>Раздел 3</b>	<b>Техники внимания и самонаблюдения</b>	<b>26</b>	
<b>Тема 3.1 Концепция Г.И. Гурджиева и П.Д. Успенского</b>	«Личность» и «Сущность». Качества сущностного человека. Переход из «Личности» в «Сущность». Искренность. Разделенное внимание. Центры и их функции. Качества людей, центрированных в одном из 12 центров. Их движения, речь, реакции, осанка, походка. Закон трех, закон октав. Преодоление интервалов в октавах. Третья сила.	16	2
	<b>Практические занятия:</b> Наблюдения за людьми с развитыми «интеллектуальным», «двигательным», «инстинктивным», «эмоциональным» центрами. Этюды на взаимодействие людей с разными «ведущими» центрами. Упражнения на самонаблюдение. Упражнения на разделённое внимание.	12	2
<b>Контрольные работы в конце 3,4,5,6 семестров</b>		<b>8</b>	<b>3</b>
<b>Дифференцированный зачет</b>		<b>2</b>	
<b>Итого</b>		<b>74 часа</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного (У. О.) материала используются следующие обозначения:

- ознакомительный;
- репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины осуществляется в учебном кабинете **«Истории искусств»**.

Комплект мультимедийного оборудования:

Моноблок Lenovo V510z - 1 шт.,

Телевизор LED 65 (165 см) LG 65UK6300 (4k, 3840 x 2160, SMART TV) - 1 шт. Колонки SWEN ROYAL 1 (2x30W RMS, wooden case) - 1 шт.

Комплект мебели для преподавателя – 1 шт.

Комплект учебной мебели на 30 посадочных мест.

Комплект учебного оборудования: доска, шкафы для хранения, учебно-наглядные пособия по количеству обучающихся.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения. Перечень рекомендуемых учебных изданий**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы, для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организации выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список, может быть дополнен новыми изданиями.

##### **3.2.1 Основные источники:**

1. Лев Выготский «Психология искусства» — М.: Эксмо, 2023 – 416с.
2. 3. Фрейд / Введение в психоанализ. Лекции. — М.: АСТ, 2008. — 608 с.
3. К. Г. Юнг / Архетипы и коллективное бессознательное; [ перевод А. Чечиной ] . — Москва : Издательство АСТ , 2020. — 496 с . — ( Философия — Neoclassic )
4. Р.Мэй «Мужество творить», Санкт-Петербург, Издательство Питер, 2020
5. М. Чексентихай «Поток: Психология оптимального переживания», М.: Альпина нон-фикшн, 2021
6. Э. Берн. / Игры, в которые играют люди. Люди, которые играют в игры. — М.: Эксмо, 2008. — 576 с.

7. С. Б. Карпман / Жизнь, свободная от игр; пер. с англ. Дмитрия Касьянова. С. Б. Карпман СПб.: «Метанойя», 2016. — 342 стр.
8. В. Райх / Анализ характера: Пер. с М.: Апрель Пресс, англ. Е. Поле. Изд-во ЭКСМО - Пресс, 2000. — 528 с. (Серия «Психологическая коллекция»)
9. А. Лоуэн, Л. Лоуэн / Сборник биоэнергетических опытов; Пер. с англ. Е.В. Поле. — М.: ООО «Издательство АСТ», 2004. - 188, [ 4 ] с.
10. П. Д. Успенский / Психология и космология возможного развития человека; Перевод с английского Л.М. Руткевича и Д.С. Басова, 1991; Изд.: АО «Комплект», Санкт-Петербург, 1995
- Гурджиев Г. И. / В поисках Бытия: Четвертый Путь к Сознанию; Перев. с англ. — М.: ООО Книжное издательство «София», 2017 — 256 с.
11. Выготский Л. С. / Вопросы детской психологии. СПб.: СОЮЗ, 1999, 224 с.
12. К. С. Станиславский / Работа над собой в творческом процессе воплощения — Москва : Эксмо, 2017. — 320 с. — (Великие идеи).
13. Михаил Чехов / Путь актера: Жизнь и встречи — М.: АСТ: АСТ МОСКВА: ХРАНИТЕЛЬ, 2007. — 554, [6] с.

### **3.2.2 Дополнительные источники**

1. С.Сонтаг «Против интерпретаций» Издательство Ад Маргинем Пресс, 2014
2. Дж.Кемпбелл «Тысячеликий герой» Санкт-Петербург, Издательство Питер, 2019
3. Дж.Кемпбелл «Мифы и личностные изменения» Санкт-Петербург, Издательство Питер, 2017
4. Ганс Зедльмайер «Утрата середины», издательство Территория будущего, 2008
5. Вернер Херцог «Путеводитель растерянных», издательство Роузбэд Интерэktiv, 2019
6. Л.В.Грачева «Тренинг внутренней свободы. Актуализация творческого потенциала», издательство Речь, 2006

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты освоения учебной дисциплины	Формы и методы контроля и оценки результатов освоения учебной дисциплины
<p>- владение базовыми психологическими техниками, включая методы снятия стресса, техниками работы с эмоциями и чувствами, элементами актерских психотехник;</p> <p>- умение действовать в предлагаемых обстоятельствах пьесы и роли;</p> <p>- осуществление поиска, анализ и оценка информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития;</p> <p>- выстраивание пластического, темпо - ритмического, речевого рисунка роли;</p> <p>- применение на практике различных форм, методов и средств в работе над ролью.</p>	<p><b>Формы контроля обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- практические задания;</li> <li>- аудиторная самостоятельная работа.</li> </ul> <p><b>Формы оценки результативности обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу;</li> <li>– экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы (на практических занятиях, при проведении просмотров, зачетов);</li> <li>– консультационная и экспертная оценка защиты практической аудиторной работы.</li> </ul> <p><b>Методы оценки результатов обучения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- мониторинг роста самостоятельности и навыков получения новых знаний и умений на практических занятиях с каждым обучающимся;</li> <li>- наблюдение за выполнением практического задания (деятельностью студента);</li> <li>- экспертное наблюдение за выполнением работ;</li> <li>- подготовка и выступление с презентацией.</li> </ul>