

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Сурат Лев Игоревич
Должность: Ректор
Дата подписания: 03.09.2022 16:25:22
Уникальный программный ключ:
90e61d348f2245de4566514a87350a9d89d73c851b3f3160a03a9eff20fb4800

**Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования
«МОСКОВСКИЙ ИНСТИТУТ ПСИХОАНАЛИЗА»**

УТВЕРЖДЕНА
ученым советом МИП
(в составе ДПП)
Протокол от «16» февраля 2022 г. № 5

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Когнитивно-поведенческая психотерапия**

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
профессиональной переподготовки**

Психологическое консультирование

Москва, 2022 г.

Авторы–составители:

Кандидат психологических наук
психолог 1-й категории, преподаватель кафедры
психотерапии и психологического
консультирования Московского института
психоанализа

(подпись)

М.В. Донцова

Клинический психолог, кандидат
психологических наук, доцент, член Московской
ассоциации психоаналитиков

(подпись)

Е.С. Мордас

Старший преподаватель кафедры основ
клинического психоанализа Московского
института психоанализа

(подпись)

К.А. Лемешко

СОДЕРЖАНИЕ

	<u>стр</u>
<u>1. Цель и задачи дисциплины (модуля)</u>	4
<u>2. Планируемые результаты обучения дисциплины (модуля)</u>	4
<u>3. Объем дисциплины (модуля)</u>	5
<u>4. Структура и содержание дисциплины (модуля)</u>	5
<u>4.1. Структура дисциплины (модуля)</u>	5
<u>4.2. Содержание дисциплины (модуля)</u>	6
<u>5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы слушателей дисциплины (модуля)</u>	6
<u>6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)</u>	7
<u>7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)</u>	9
<u>7.1. Нормативно-правовые документы</u>	9
<u>7.2. Основная литература</u>	9
<u>7.3. Дополнительная литература</u>	9
<u>7.4. Интернет-ресурсы</u>	10
<u>7.5. Справочные системы</u>	10
<u>7.6. Иные источники</u>	10
<u>8. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)</u>	10

1. Цель и задачи дисциплины

Дисциплина имеет своей целью:

- формирование знаний об основных принципах, методах и техниках когнитивно-бихевиоральной диагностики и консультирования и сформировать навыки их применения.

Основными задачами дисциплины являются:

- Сформировать знание методологических принципов и экспериментальной основы КБТ, представления о современном состоянии КБТ, основных принципах и техниках в работе с тревожно-фобическими и тревожно-депрессивными расстройствами. Уметь применять соответствующие техники.

- Создать условия для расширения теоретических и практических знаний слушателей о терапевтической деятельности психолога, принципах его работы, а также техниках и принципах, которые он использует в своей практике в соответствии с решаемой им терапевтической задачей.

- Обеспечить условия для практического освоения КБТ техник, основных принципов работы с психозами, бредом ревности.

- Обеспечить условия для практического освоения техник - КБТ и диагностики клиентов в норме и в клинике (гиперактивность, суицидальное поведение, реактивные состояния, психопатии и др.).

- Сформировать навыки использования КБТ техник на практике - диагностических, консультативных, исследовательских в работе с личностными расстройствами, стрессовыми и невротическими состояниями.

2. Планируемые результаты обучения дисциплины

Указываются компетенции, а также знания, умения и практический опыт, приобретаемый в результате освоения модулей (таблица 1).

Таблица 1.

Планируемые результаты обучения дисциплины

Задачи профессиональной деятельности	Профессиональные компетенции или трудовые функции (формируются и (или) совершенствуются) ПК и ПСК	Знания	Умения	Практический опыт
Консультативный	Способность и готовность к применению методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач (ПСК-6)	Знает о методологических принципах и экспериментальные основы КБТ; представления о современном состоянии КБТ; об основных принципах и техниках в работе с тревожно-фобическими и тревожно-депрессивными расстройствами	Умеет применять на практике теоретические и практические знания о терапевтической деятельности психолога, принципах его работы, а также техниках и принципах, которые он использует в своей практике в соответствии с решаемой им терапевтической задачей, - умеет применять методологические принципы и техники когнитивно-поведенческой терапии и консультирования.	Практически освоить навыки применения КБТ техник, основы реализации основных принципов работы с психозами, бредом ревности. - практически освоить КБТ техники и диагностику клиентов. - практически освоить КБТ техники - диагностические, консультативные, исследовательские в работе с личностными расстройствами, стрессовыми и невротическими состояниями.

3. Объем дисциплины

Таблица 2

Объем дисциплины

Вид учебной работы		Количество часов (час.) и (или) зачетных единиц (з.е.)	С применением электронного обучения и (или) дистанционных образовательных технологий (час.) и (или) зачетных единиц (з.е.)
Контактная работа слушателя с преподавателем, в том числе:		32	32
лекционного типа (Л) / Интерактивные занятия (ИЗ)		12	12
лабораторные занятия (практикум) (ЛЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)		-	-
В форме практической подготовки			
Практические (семинарские) занятия (ПЗ) / Интерактивные занятия (ИЗ)		20	20
Самостоятельная работа слушателя (СР)		24	24
Контактная самостоятельная работа (КСР)		-	-
Промежуточная аттестация	форма	Экзамен	Экзамен
	час.		
Общая трудоемкость по учебному плану (час./з.е)		56	56

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Структура дисциплины

Таблица 3

Структура дисциплины

№п/п ¹	Наименование (разделов/тем) ² дисциплины (модуля)	Общая трудоемкость, час. ³	Контактная работа (с применением дистанционных образовательных технологий, электронного обучения), час. ⁷						Самостоятельная работа, час. ⁸	Текущий контроль успеваемости ⁹	Промежуточная аттестация (форма/час) ¹⁰	Код компетенции ¹¹
			Всего ⁴	В форме практической подготовки ⁵	В том числе							
					Лекции / в интерактивной форме ⁶	Практические (семинарские) занятия	Контактная самостоятельная работа, час ⁸					
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Тема 1. Теоретические основы и принципы КБТ.	14			3	5		6			ПСК-6	
2	Тема 2. Диагностика в КБТ.	14			3	5		6			ПСК-6	

3	Тема 3. Терапевтический процесс, консультирование и техники КБТ.	14			3	5		6			ПСК-6
4	Тема 4. КБТ при работе с клиническими симптомами и синдромами.	14			3	5		6			ПСК-6
	Итого:	56			12	20		24		Э	

4.2. Содержание дисциплины

Таблица 4

Содержание дисциплины

Номер темы (раздела)	Содержание темы (раздела)
Тема 1. Теоретические основы и принципы КБТ.	Бихевиоральная терапия: основы и принципы, экспериментальная база. Когнитивная терапия: история и современное состояние. Когнитивно-бихевиоральная терапия: принципы, задачи и область применения.
Тема 2. Диагностика в КБТ.	Диагностическое интервью: структура и техники. Выявление и анализ автоматических мыслей и дезадаптивных форм поведения. Опросники в КБТ. Применение метода тестирования в когнитивно-поведенческой психологии (на примере диагностики депрессий, тревожных расстройств, фобий, соматоформных расстройств, расстройств пищевого поведения).
Тема 3. Терапевтический процесс, консультирование и техники КБТ.	Организация терапевтического процесса. Индивидуальная и групповая терапия. Техники контроля над манипуляциями и контроля последствий. Техники научения по моделям, самоконтроля и когнитивные методы.
Тема 4. КБТ при работе с клиническими симптомами и синдромами.	КБТ при работе с тревожно-фобическими, тревожно-депрессивными расстройствами и стрессовыми состояниями. КБТ при работе с личностными расстройствами, Obsessive-compulsive disorder, аддикциями и психозами. КБТ при работе с расстройствами пищевого поведения, сексуальными и психофизиологическими расстройствами. Поведенческие техники и когнитивно-поведенческие при консультативной и терапевтической работе с расстройствами пищевого поведения, сексуальными и психофизиологическими расстройствами.

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы слушателей по дисциплине

Обучение по дисциплине предполагает изучение курса в ходе лекционных, практикумов, практических занятий и самостоятельной работы слушателей. Занятия проводятся в различных формах с целью формирования знаний, практических умений, навыков и компетенций с проведением контрольных мероприятий. С целью обеспечения успешного обучения слушатель должен готовиться к аудиторным занятиям, поскольку они являются важнейшей формой организации учебного процесса:

- знакомят с новым учебным материалом;
- разъясняют учебные элементы, трудные для понимания;
- систематизируют учебный материал;
- ориентируют в учебном процессе.

Подготовка к аудиторному занятию заключается в следующем:

- внимательно прочитайте материал предыдущего аудиторного занятия;
- сопоставьте результаты проведенной самостоятельной работы с изученным материалом на аудиторном занятии;

- подготовьте задания, которые были даны преподавателем для подготовки дома;
- узнайте тему предстоящего занятия (по тематическому плану);
- ознакомьтесь с учебным материалом по учебным пособиям;
- запишите возможные вопросы, которые вы зададите в аудитории.

Подготовка к промежуточной аттестации

Для успешной сдачи промежуточной аттестации необходимо, помимо пошагового освоения дисциплины (модуля) в течении курса, представлять структуру дисциплины, ориентироваться в связях системы понятий дисциплины, проблемах и задачах соответствующей области знания. При подготовке к промежуточной аттестации слушатель должен не только повторить содержание курса, но и сопоставить свое представление о данной области с предлагаемой в процессе преподавания курса системой понятий и закономерностей, а также практических инструментов работы.

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

Типовые практические задания

1. Систематизировать эволюцию психологических представлений о причинах когнитивных искажений и поведенческих расстройств на примерах работы с проблемами вызванными невротическими явлениями и психическими травмами.
2. Систематизировать современные научные материалы и создать краткую информационную памятку на тему «Современное состояние когнитивно-поведенческого подхода к консультированию и психотерапии невротических расстройств и состояний».
3. Систематизировать материал и создать краткую информационную памятку на тему «Современное состояние процессуально-ориентированной психологии и возможности её применения для коррекции личностных расстройств»
4. Систематизировать материал и создать краткую информационную памятку по темам «Коррекция индивидуальных моделей мира в контексте терапии реальности Глассера «Процессуально ориентированный подход А. Минделла к пониманию причин и коррекции психосоматических расстройств».
5. Создать подборку справочных информационно-методических материалов на тему «Современный психодиагностический инструментарий, разработанный в рамках когнитивно-поведенческих теорий».
6. Систематизировать методические материалы и создать краткую информационную памятку на тему «Современный психотехнический инструментарий, созданный в рамках КПТ».
7. Систематизировать материал по школам и направлениям когнитивно-поведенческой терапии, созданным отечественными психологами-практиками (можно в виде буклета).
8. Разработать комплексную психологическую программу стресс-профилактики по методам Д. Мейхенбаума (тренинг «скилл-терапии» и тренинг самоинструирования).
9. Систематизировать материал и создать краткую информационную памятку на тему «Методы и приемы поведенческой терапии В. Ромека, возможности их применения в консультативной практике».

Шкала оценивания практических заданий

Оценка «отлично» выставляется, если слушатель активно работает в течение всего практического занятия, дает полные ответы на вопросы преподавателя в соответствии с планом практического занятия и показывает при этом глубокое овладение лекционным материалом, знание соответствующей литературы и законодательства, способен выразить собственное отношение по данной проблеме, проявляет умение самостоятельно и аргументированно излагать материал, анализировать явления и факты, делать самостоятельные обобщения и выводы, правильно выполняет учебные задачи.

Оценка «хорошо» выставляется при условии: слушатель активно работает в течение практического занятия, вопросы освещены полно, изложения материала логические, обоснованные фактами, со ссылками на соответствующие нормативные документы и литературные источники, освещение вопросов завершено выводами, студент обнаружил умение анализировать факты и события, а также выполнять учебные задания. Но в ответах допущены неточности, некоторые незначительные ошибки, имеет место недостаточная аргументированность при изложении материала, четко выраженное отношение студента к фактам и событиям.

Оценка «удовлетворительно» выставляется в том случае, когда слушатель в целом овладел сути вопросов по данной теме, обнаруживает знание лекционного материала, законодательства и учебной литературы, пытается анализировать факты и события, делать выводы и решать задачи. Но на занятии ведет себя пассивно, отвечает только по вызову преподавателя, дает неполные ответы на вопросы, допускает грубые ошибки при освещении теоретического материала.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется в случае, когда слушатель обнаружил несостоятельность осветить вопросы вопросы освещены неправильно, бессистемно, с грубыми ошибками, отсутствуют понимания основной сути вопросов, выводы, обобщения.

Форма и средства (методы) проведения промежуточной аттестации

Формой промежуточной аттестации по учебному плану является экзамен. Экзамен по дисциплине проводится в традиционной форме.

1. Тренинг в решении проблем, тренинг самоинструирования.
2. Тренинг прививки против стресса; стратегии реатрибуции
3. Оперантное угасание, ситуативное управление.
4. Жетонная система, методы наказания, лишение подкрепления
5. Самонаблюдение, Контроль стимула, Контроль контингентности; составление договоров.
6. Когнитивная гипнотерапия (Д. Дауд).
7. Работа с образами (визуализация): выявление и разъяснение пациенту природы образных представлений.
8. Поиск ответа на спонтанные образы, ответ на них. Создание образов как терапевтический прием.
9. Пошаговая мышечная релаксация Джекобсона.
10. Градуированное угасание.
11. Экспозиция и противодействие реакции.
12. Терапия реальности Дж. Глассера как вариант когнитивной терапии.
13. Фиксированные формы поведения и психическая ригидность как механизмы дезадаптации (Г.В. Залевский).
14. Позитивная психология М. Селигмана: терапевтические перспективы
15. Диагностическое интервью в БКТ: структура и техники.

16. Выявление и анализ автоматических мыслей и дезадаптивных форм поведения.
17. Автоматические мысли и эмоции в БКТ: техники выявления и работы.
18. Ранние неадаптивные схемы и дисфункциональные убеждения в клинике тревожных и соматоформных расстройств.
19. Научение по моделям *in vivo*.
20. Скрытое научение по моделям
21. Предъявление символических моделей.
22. Скрытое обуславливание; когнитивная терапия (А. Бек).
23. Рационально-эмотивная терапия (А. Эллис).

Интегральная шкала оценивания

Низкий «неудовлетворительно/незачет» - компетенция не освоена или освоена в недостаточной мере. Слушатель не знает, либо знает на слабом уровне теоретический материал по модулю. Не владеет терминологией и основными понятиями из профессиональной сферы или называет неуверенно, с ошибками.

Пороговый (базовый) «удовлетворительно» - компетенция освоена удовлетворительно, но достаточно. Слушатель освоил основную базу теоретических знаний. Владеет терминологией и основными понятиями из профессиональной сферы.

Продвинутый «хорошо» - компетенция освоена достаточно хорошо. Слушатель знает теоретический материал по модулю, умеет применить эти знания на практике. Чётко и ясно формулирует свои мысли. Знает специальную литературу по профессиональным вопросам.

Высокий «отлично» - компетенция освоена в полной мере или на продвинутом уровне. Слушатель знает теоретический материал, умеет применить эти знания на практике и(или) имеет опыт в профессионально-практической деятельности. Приводит актуальные примеры из сферы профессиональной деятельности; демонстрирует способности к нестандартной интерпретации поставленного вопроса.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение модуля

7.1. Нормативно-правовые документы

1. «Федеральный закон об образовании в Российской Федерации» от 29.10.2012 №373-ФЗ;
2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 841 об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.04.01 Психология (уровень магистратуры)

7.2. Основная литература

1. Залевский, Г. В. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учебное пособие для вузов / Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 194 с.
2. Балашова, С. В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии : учебное пособие для студентов факультета клинической психологии / С. В. Балашова, Г. И. Дереча. — Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. — 234 с.

7.3. Дополнительная литература

1. Мартынова Е. В. Индивидуальное психологическое консультирование. Теория, практика, обучение/Мартынова Е. В.-Москва: Генезис,2015, ISBN 978-5-98563-320-7. -384.
2. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учебное пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры /

З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 211 с.

7.4. Интернет-ресурсы

1. E-library.ru
2. Ebsco.com
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»
4. ЭБС «IPRbooks»

7.5. Справочные системы

1. КиберЛенинка- это научная электронная библиотека, построенная на парадигме открытой науки (Open Science), основными задачами которой является популяризация науки и научной деятельности, общественный контроль качества научных публикаций, развитие междисциплинарных исследований, современного института научной рецензии, повышение цитируемости российской науки и построение инфраструктуры знаний: <https://cyberleninka.ru/>

2. <http://thinkcognitive.org/ru/#.XcLRzMzY2w> – проект выпускник СПбГУ, включающий ежегодные зимние конкурсы NEISSER, KANNEMAN и MARVIN для слушателей разных уровней, организацию и поддержку когнитивных мероприятий для слушателей, распространение информации о новостях из мира когнитивной науки, интересных научных школах и конференциях, возможностях для обучения, публикации инструкций по анализу данных, представлению результатов, и, в целом, по выживанию в мире науки

3. Scopus- реферативная база, являющаяся указателем научного цитирования. Позволяет в краткие сроки получить самую полную библиографию по интересующей теме. Не содержит полных текстов статей

4. Dryad Digital Repository – открытая база данных, в которой желающие выкладывают сырые результаты исследований, опубликованных в международных журналах.

7.6. Иные источники

1. www.azps.ru/handbook (психологический словарь)
2. www.edu.ru (федеральный портал «Российское образование»)
3. www.edu.ru (федеральный портал «Российское образование»)
4. www.psyedu.ru (электронный журнал "Психологическая наука и образование")
5. www.roscopy.ru (сайт Федерации психологов образования России)
6. www.iprbookshop.ru Электронная библиотечная система IPRbooks;
7. <http://www.psychiatr.ru> – Российское общество психиатров;

8. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины (модуля)

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации; укомплектована специализированной мебелью, и техническими средствами обучения, обеспечивающими реализацию проектируемых результатов обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью доступа в «Интернет» и обеспечением доступа в электронную образовательную среду МИП (<http://inpsycho.ru/student/biblioteka>), в том числе, в электронные библиотечные системы.

Технические и программные средства обучения:

Ноутбук с ПО Windows и установленным пакетом лицензионным Microsoft
Проектор

Требования к программному обеспечению общего пользования:

Специализированное оборудование и специализированное программное обеспечение при изучении дисциплины не используется.

Учебно-методические материалы, расписание занятий и ссылки на вебинары для слушателей размещаются в личном кабинете слушателя на платформе InStudy МИП: <https://dop.instudy.online/>. При зачислении на программу слушателям предоставляются персональные логин и пароль от личного кабинета.

Характеристика результатов освоения программы

В результате освоения программы у слушателя сформированы компетенции:

Компетенция (код, содержание)	Индикаторы
Способность и готовность к применению методик индивидуально-типологической (личностной) диагностики для решения психотерапевтических и реабилитационных задач (ПСК-6)	Применяет КБТ техники, проводит диагностику клиентов.