

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елена Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 01.11.2025 14:23:58
Уникальный программный ключ:
164f9e30d950a6098d5da0921a2e8d6c74d8f908

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ИНСТИТУТ ПСИХОТЕРАПИИ И КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ»**

УТВЕРЖДАЮ:

**Ректор АНО ДПО
«Институт психотерапии и клинической психологии»**

_____ **Е.Г. Гордеева**

01.04.2025 г.

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ
ПРОГРАММА ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
«Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультиро-
вании»**

Продолжительность программы: 488 академических часов

Документ о квалификации: диплом о профессиональной переподготовке

Москва, 01.04.2025

Оглавление

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ.....	3
1.1. Назначение программы.....	3
1.2. Нормативные правовые основания разработки программы.....	3
1.3. Требования к слушателям.....	4
1.4. Формы освоения программы.....	4
1.5. Цель и планируемые результаты обучения.....	4
1.6. Характеристика новой квалификации и связанных с ней видов профессиональной деятельности, трудовых функций и (или) уровней квалификации.....	4
1.7. Трудоемкость программы.....	6
2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН.....	7
3. КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК.....	9
4. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ, КУРСОВ, ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ).....	11
5. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ.....	25
5.1. Формы аттестации.....	25
5.2. Критерии оценки обучающихся.....	25
5.3. Фонд оценочных средств.....	29
6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.....	31
6.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.....	31
6.2. Требования к материально-техническим условиям.....	32
6.3. Требования к информационным и учебно-методическим условиям.....	32
6.4. Методические рекомендации к организации образовательного процесса.....	33
6.5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.....	33

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Назначение программы

Дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки **«Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** (далее – Программа) направлена на формирование дополнительных компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности специалистов, работающих в сфере психологии.

Программа разработана с учетом требований рынка труда на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования: 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата).

Программа регламентирует цели, планируемые результаты, содержание, условия и технологии реализации образовательного процесса, оценку качества подготовки обучающихся и включает в себя: учебный план, фонды оценочных средств, программу итоговой аттестации, календарный учебный график и другие материалы, обеспечивающие качество подготовки обучающихся.

По итогам курса в полной мере овладеет базовыми практическими и теоретическими знаниями о методах психологической диагностики, специальных коррекционных методах работы с различными нарушениями.

Степень освоения программы и оценка уровня сформированности компетенций обучающихся представлена в форме итоговой аттестации. Итоговая аттестация по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки **«Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** включает в себя итоговую аттестацию.

Реализация программы **«Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** проводится с частичным применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, что позволяет обучающимся освоить программу вне зависимости от места их нахождения.

1.2. Нормативные правовые основания разработки программы

Нормативную правовую основу разработки программы составляют:

Федеральный закон Российской Федерации от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 24 марта 2025 г. № 266 г. Москва "Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам".

Приказ Министерства здравоохранения и социального развития Российской Федерации (Минздравсоцразвития России) от 16 мая 2012 г. № 547 н г. Москва «Об утверждении Единого квалификационного справочника должностей руководителей, специалистов и служащих».

Письмо Минобрнауки России от 30.03.2015 № АК-821/06 "О направлении методических рекомендаций по итоговой аттестации обучающихся".

Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 07 августа 2014 г. N 947 об утверждении федерального государственного стандарта высшего образования 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата).

Приказ Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2023 N 716н «Об утверждении профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере».

Методические рекомендации по реализации программ дополнительной профессиональной подготовки с использованием дистанционных образовательных технологий, электронного обучения и сетевой формы от 21.04.2015г. № ВК-1013/06.

1.3. Требования к слушателям

На обучение по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки **«Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** принимаются лица, имеющие или получающие высшее, или среднее профессиональное образование (бакалавриат, специалитет, магистратура). Наличие указанного образования должно подтверждаться документом государственного или установленного образца, или справкой об обучении.

1.4. Формы освоения программы.

Форма освоения программы – очно-заочная с применением дистанционно-образовательных технологий и электронного обучения.

1.5. Цель и планируемые результаты обучения

Целью программы является формирование у слушателей представлений о предмете, целях, задачах принципах работы психолога, для решения комплексных задач психологической диагностики, экспертизы и психологической помощи гражданам в учреждениях здравоохранения, образования и социальной помощи населению, общественных, хозяйственных и административных организаций.

Задачами программы являются:

1. Совершенствование навыков проведения экспериментально-психологического исследования,
2. Совершенствование навыков применения проективных методов психодиагностики, анализу и интерпретации получаемых с их помощью данных, составлению психодиагностического заключения.

1.6. Характеристика новой квалификации и связанных с ней видов профессиональной деятельности, трудовых функций и (или) уровней квалификации

Характеристика нового вида профессиональной деятельности:

- цели профессиональной деятельности: профилактика и психологическая коррекция негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц, психологическая помощь представителям социально уязвимых слоев населения и лицам, находящимся в трудной жизненной ситуации;

- области профессиональной деятельности: социальное обслуживание (в сферах: психологического сопровождения представителей социально уязвимых слоев населения; консультативной помощи работникам социальных служб, социальной помощи семье и замещающим семьям; оказания психологической помощи отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию; просвещения и повышения психологической культуры населения);
- типы задач профессиональной деятельности: диагностическая, коррекционно-развивающая, консультационная.

Программа направлена на совершенствование профессиональных компетенций на базе ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология (уровень бакалавриата):

- способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3);
- способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к тендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-4).

Программа разработана на базе профессионального стандарта "Психолог в социальной сфере" с учетом следующих трудовых функций, необходимых для выполнения определенного вида профессиональной деятельности:

- психологическое и социально-психологическое сопровождение граждан и социальных групп) (А/01.6).
- разработка и реализация программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия отдельных лиц и социальных групп (А/03.6).
- оказание психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы, психологическое сопровождение профессиональной деятельности (А/04.6).

В результате освоения программы, обучающиеся должны

Знать:

- основные психиатрические понятия;
- основы общей и социальной психологии, психологии малых групп, психологии масс
- методы и методики общей и социальной психологии;
- возрастные особенности развития личности в разные периоды жизни;
- основы психологического консультирования (виды, формы, методы);
- основы организации и проведения психологического тренинга (методология, проведение, результаты, последствия).

Уметь:

- разрабатывать индивидуальные и групповые программы оказания психологической помощи клиентам;
- проводить психологические занятия и тренинги для разнородных групп клиентов;
- применять разные виды и методы индивидуального, группового психологического консультирования в соответствии с возрастом, полом и особенностями жизненной ситуации клиентов;

- разрабатывать психологические рекомендации с учетом конкретных задач для дальнейшей работы с клиентами;
- разрешать конфликты и противоречия в работе по оказанию психологической помощи клиентам.

Владеть:

- способностью запрашивать необходимой информации у других специалистов (социальных работников, педагогов, специалистов органов опеки и попечительства)
- способами подбора комплекса психологических методик, планирование и проведение обследования клиентов
- методиками обобщения результатов психологического обследования, оценки психологических потребностей, рисков и ресурсов клиентов, выявления психологических особенностей их социального окружения и условий жизни
- методами выявления типичных психологических проблем разных социальных групп клиентов

1.7. Трудоемкость программы

Трудоемкость программы по Учебному плану составляет 488 часов, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) работы слушателя. Продолжительность обучения – 7 месяцев.

Учебная нагрузка устанавливается не более 40 часов в неделю, включая все виды аудиторной и внеаудиторной (самостоятельной) учебной работы слушателя.

2. УЧЕБНЫЙ ПЛАН

«Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»

1	Наименование модуля	Общ. труд-кость в часах	Распределение часов по видам занятий								Самостоя-тельная ра-бота, час.
			Аудиторные занятия, час.								
			ВСЕГО	Лек-ции	Сем.,прак.з.	Пооmeđu-точная ат-тестация, час.	ВСЕГО	Лек-ции	Сем.,прак.з.	Пооmeđu-точная ат-тестация, час.	
2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании	472	216				20				236
45658	Теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии	32	16	10	4	2					16
45689	Практическая отработка теоретических основ и базовых принципов КПТ	8	4		4						4
45717	Когнитивные технологии в работе с автоматическими мыслями	32	16	10	4	2					16
45748	Практическая отработка когнитивных технологий в работе с автоматическими мыслями	8	4		4						4
45778	Введение в терапию. Терапевтические отношения и границы в КПТ	32	16	10	4	2					16
45809	Практическая отработка терапевтических отношений и границ в КПТ	8	4		4						4
45839	Концептуализация в КПТ: принципы описания проблемы и формулирование индивидуализированной картины клиентского случая	32	16	10	4	2					16
45870	Практическая отработка принципов описания проблемы и формулирования индивидуализированной картины клиентского случая	8	4		4						4
45901	Коррекция когнитивных искажений	32	16	10	4	2					16

45931	Практическая отработка коррекции когнитивных искажений	8	4		4					4	
45962	Когнитивные технологии в работе с промежуточными и глубинными убеждениями	32	16	10	4	2				16	
45992	Практическая отработка когнитивных технологий в работе с промежуточными и глубинными убеждениями	8	4		4					4	
1.13	Поведенческие принципы и методы в КПТ. Методы эмоциональной регуляции	32	16	10	4	2				16	
1.14	Практическая отработка поведенческих принципов и методов в КПТ	8	4		4					4	
1.15	Когнитивно-поведенческая терапия депрессии	32	16	10	4	2				16	
1.16	Практическая отработка КПТ депрессии	8	4		4					4	
1.17	Когнитивная терапия третьей волны. Майндфулнес – практика осознанности	40					20	10	8	2	20
1.18	КПТ при тревожных расстройствах. Протоколы терапии ГТР, Панического расстройства и агорафобии	32	16	10	4	2				16	
1.19	Практическая отработка КПТ при тревожных, панических расстройствах, агорафобии	8	4		4					4	
1.20	КПТ при тревожных расстройствах. Протоколы терапии Obsessivno-kompulsivnogo и Посттравматического стрессового расстройства	32	16	10	4	2				16	
1.21	Практическая отработка КПТ при тревожных, obsessivno-kompulsivnykh расстройствах и ПТСР	8	4		4					4	
1.22	Супервизия по КПТ с разбором клиентских случаев	32	16	4	10	2				16	
2.	Итоговая аттестация	16	8							8	
	ИТОГО	488	224				20			244	

3. КАЛЕНДАРНО-УЧЕБНЫЙ ГРАФИК

Календарный график (расписание) обучения составляется и утверждается для каждой группы.

Срок освоения всей программы – 7 месяцев.

Режим занятий, отведенных на самостоятельную работу слушателей, определяется самими слушателями, но не более срока, определенного на освоение этого раздела программы. Примерное распределение часов представлено в графике.

Режим занятий: до 8 академических часов в день, до 40 академических часов в неделю. Итоговая аттестация проводится согласно графику

Модули (темы) // недели		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании	244	16	16	16	32	16	16	16	32	16	16	16	32	24	16	24	48	24	16	40	0	8	8	8	8	8	0	0	16
Теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии	16	4	4	4	4																								
Практическая отработка теоретических основ и базовых принципов КПТ	4				4																								
Когнитивные технологии в работе с автоматическими мыслями	16	4	4	4	4																								
Практическая отработка когнитивных технологий в работе с автоматическими мыслями	4				4																								
Введение в терапию. Терапевтические отношения и границы в КПТ	16					4	4	4	4																				
Практическая отработка терапевтических отношений и границ в КПТ	4								4																				
Концептуализация в КПТ: принципы описания проблемы и формулирование индивидуализированной картины клиентского случая	16					4	4	4	4																				
Практическая отработка принципов описания проблемы и формулирования индивидуализированной картины клиентского случая	4								4																				
Коррекция когнитивных искажений	16									4	4	4	4																
Практическая отработка коррекции когнитивных искажений	4												4																
Когнитивные технологии в работе с промежуточными и глубинными убеждениями	16									4	4	4	4																
Практическая отработка когнитивных технологий в работе с промежуточными и глубинными убеждениями	4												4																
Поведенческие принципы и методы в КПТ. Методы эмоциональной регуляции	16													4	4	4	4												
Практическая отработка поведенческих принципов и методов в КПТ	4																4												

4. РАБОЧИЕ ПРОГРАММЫ УЧЕБНЫХ ПРЕДМЕТОВ, КУРСОВ, ДИСЦИПЛИН (МОДУЛЕЙ)

Теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии

Цели:

- ознакомить специалистов с Когнитивно-поведенческой психотерапией (КПП);
- прояснить основные понятия, направления, особенности, возможности и ограничения метода;
- сформировать представления о разных уровнях проблем и механизмов психических нарушений;
- ознакомить специалистов с международным этическим кодексом принятым большинством международных организаций СВТ (Cognitive & Behavioral psychotherapy), особенностями терапевтического соглашения и построения взаимодействия «психотерапевт-клиент», взаимодействием с другими специалистами.

Содержание:

Современные достижения психофизиологии, физиологии ВВД, социальной психологии и нейронаучные исследования в когнитивной терапии. Доказательные подходы к исследованиям эффективности КБТ. Экспериментальная психотерапия. Результаты нейровизуализации КБТ методов. КБТ и нейрохимия. КБТ и генетические исследования.

Структура психических механизмов в терминах и понятиях Когнитивно-поведенческой психотерапии. Разные уровни организации обработки информации. Ценностные умозаключения и автоматические мысли. Механизмы ошибочных умозаключений и их роль в формировании психических проблем. Индивидуально-стилистические особенности. Анализ основных познавательных (когнитивных) искажений в восприятии, обработке информации и формировании умозаключений.

Поведенческие технологии, психофизиологические и нейрофизиологические основы. Три формы научения и мозговые процессы, его обеспечивающие.

Основные цели и задачи Когнитивно-поведенческой психотерапии (КПП). Психотерапия А. Эллиса, модель А. Бека, когнитивно-аналитическое направление. Особенности современных подходов КПП.

Теоретический разбор основного похода Когнитивно-поведенческой психотерапии — ABC-анализ. ABC-анализ — это изучение связи между событиями (А), нашими мыслями об этих событиях (В) и последующими на эти события реакциями (С). Изучение того, как изменение наших мыслей (В) позволяет изменить наши реакции (С).

Терапевтическое соглашение и особенности взаимодействия «психотерапевт-клиент» (ведение сессий и домашние задания). Когнитивно-поведенческая психотерапия и фармакотерапия. Когнитивно-поведенческая психотерапия в психологическом консультировании, психиатрической практике, групповой работе. Особенности применения Когнитивно-поведенческой психотерапии в управлении персоналом. КБТ в образовании. КБТ в структуре медицинской помощи.

Когнитивно-поведенческая психотерапия и возможности ее комбинирования с другими психотерапевтическими подходами.

В результате:

- ознакомитесь с историей развития Когнитивно-поведенческой психотерапии и становлением данного направления, что позволит уяснить логику использования данного метода в практической работе;
- получите информацию об особенностях проведения Когнитивно-поведенческой психотерапии сессий, основных понятиях и особенностях Когнитивно-поведенческой психотерапии;
- получите базовые знания и представления о структуре сессий и ходе терапии;
- узнаете о различных направлениях Когнитивно-поведенческой психотерапии и особенностях коррекции, предлагаемых этими направлениями, что позволит выбрать наиболее приемлемые методы для вашего индивидуального стиля работы;
- сможете создавать гибкие стратегии психотерапии, максимально ориентированные на запрос клиента.

Основные техники, используемые при проведении вебинара:

- индивидуальная работа;
- работа в парах, тройках, групповая работа;
- дидактическое обучение;
- рассмотрение и анализ разных случаев из практики: психологического консультирования, психотерапии пограничных нервно-психических расстройств, психотерапии в соматической медицине.

Когнитивные технологии в работе с автоматическими мыслями

Цели:

Сформировать у слушателей систематизированные знания и устойчивые практические навыки идентификации, анализа и модификации автоматических мыслей с использованием базового и расширенного арсенала когнитивных технологий в рамках парадигмы КПТ.

Содержание:

Занятие структурировано вокруг последовательности работы с автоматическими мыслями (АМ) в формате КПТ и включает следующие содержательные блоки:

1. Автоматические мысли в системе когнитивной концептуализации.

- Углубление в трехуровневую модель (А. Бек): связь автоматических мыслей с промежуточными и глубинными убеждениями.
- Критерии идентификации АМ: автоматичность, убедительность, искаженность.
- Различение автоматических мыслей, эмоций и поведения. Типичные ошибки при вербализации.

2. Базовый инструментарий: «Мысленный дневник» (Dysfunctional Thought Record).

- Классическая 7-колоночная форма как основной инструмент структурированной работы.
- Алгоритм заполнения и терапевтическая логика каждой колонки:
 - Столбцы 1-3: Ситуация → Эмоции → Автоматические мысли (связывание в единую цепочку).
 - Столбцы 4-5: Подтверждающие и опровергающие доказательства (эмпирический анализ).
 - Столбец 6: Формулирование адаптивного/уравновешенного ответа.
 - Столбец 7: Повторная оценка эмоций и планирование поведения (закрепление результата).
- Эволюция дневника: от простых к сложным формам.

3. Расширенный арсенал когнитивных технологий.

- **Эмпирические/экспериментальные техники:** Поведенческий эксперимент (планирование, проведение, анализ), техника «сыщика» (поиск объективных доказательств).
- **Рациональные/аналитические техники:** Декатастрофизация («что, если?..»), техника «двойного стандарта», взвешивание плюсов и минусов.
- **Образные и метафорические техники:** Техника «остановки мыслей», модификация дисфункциональных образов, использование терапевтических метафор.
- **Поведенческие методы как проверка мыслей:** Ролевые игры, поэтапное приближение к пугающей ситуации.

4. Критический анализ и отработка навыков.

- Практика ведения Сократического диалога как основного метода исследования мыслей (вопросы вместо директив).
- Отработка техник в формате ролевых игр «терапевт-клиент» с последующим супервизорским разбором.
- Анализ типичных ошибок терапевта: спор с клиентом, формальное заполнение дневника, игнорирование эмоционального компонента, преждевременный переход к глубинным убеждениям.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Месте и функции автоматических мыслей в когнитивной модели расстройств.
- Принципах и алгоритме работы с «Мысленным дневником» как с основным инструментом КПТ.
- Классификации, показаниях и ограничениях различных когнитивных техник для модификации АМ.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Корректно идентифицировать, вербализировать и дифференцировать автоматические мысли от эмоций и событий.
- Проводить клиента через все этапы заполнения «Мысленного дневника» для анализа и модификации его АМ.
- Подбирать и адаптировать расширенные когнитивные техники (поведенческий эксперимент, дектастрофизацию и др.) под специфику запроса и типа мышления клиента.
- Применять базовые принципы Сократического диалога для совместного исследования мыслей с клиентом.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность к профессиональной рефлексии и анализу собственных терапевтических ошибок.
- Умение занимать исследовательскую, сотрудничающую позицию по отношению к клиенту.
- Понимание этических аспектов вмешательства в когнитивную сферу.

Введение в терапию. Терапевтические отношения и границы в КПТ

Цели:

Сформировать у слушателей целостное представление о терапевтическом процессе в КПТ и систематизировать знания о построении, поддержании и использовании эффективных терапевтических отношений как необходимого условия для применения когнитивно-поведенческих техник.

Содержание:

Занятие раскрывает фундаментальные основы практики КПТ, фокусируясь на роли терапевта и структуре сотрудничества:

1. Структура и процесс терапии в КПТ.

- Базовые принципы и философия КПТ: сотрудничество и активная директивность, эмпиризм, ограниченная во времени структура, психообразование.
- Стандартная структура сессии: проверка состояния, согласование повестки, обсуждение домашнего задания, работа над ключевыми проблемами, подведение итогов, получение обратной связи.
- Роль терапевта в КПТ: «тренер», «наставник», «соисследователь». Баланс между эмпатической поддержкой и директивностью.

2. Терапевтические отношения как инструмент изменения.

- Эмпатия, конгруэнтность и принятие в КПТ: классические условия К. Роджерса в контексте структурированного подхода.
- Концепция «коллаборативного эмпиризма»: терапевт и клиент как соавторы в исследовании мыслей и поведения.
- Техники установления и поддержания рабочего альянса: вербализация эмоций клиента, разделение ответственности, прозрачность методов.

3. Профессиональные границы и их значение.

- Понятие профессиональных границ в терапии (время, место, деньги, двойные отношения, самопредъявление).

- Границы как условие безопасности и эффективности терапии, а не как барьер.
- Работа с нарушениями и испытанием границ: типичные ситуации и алгоритмы их разрешения в рамках КПТ-подхода.

4. Препятствия в терапевтических отношениях и их преодоление.

- Понятие «разрывов» в терапевтическом альянсе. Ранние признаки ухудшения отношений.
- Когнитивная концептуализация проблем в отношениях: как автоматические мысли и убеждения клиента и терапевта влияют на альянс.
- Практика открытого обсуждения сложностей в отношениях с клиентом. Использование Сократического диалога для исследования и ремонта альянса.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Базовых принципах, целях и этапах терапевтического процесса в КПТ.
- Структуре сессии и функциях каждой ее части.
- Роли и позиции терапевта в КПТ, концепции коллаборативного эмпиризма.
- Видах и важности профессиональных границ для создания безопасного и эффективного терапевтического пространства.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Планировать и проводить сессию в соответствии со стандартной структурой КПТ.
- Применять техники установления и укрепления рабочего альянса на начальном этапе терапии.
- Распознавать ранние признаки ухудшения терапевтических отношений и конструктивно их обсуждать с клиентом.
- Аргументированно выстраивать и поддерживать профессиональные границы, используя принципы прозрачности и сотрудничества.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность к рефлексии собственной роли и стиля взаимодействия с клиентом.
- Умение отделять личные реакции (контрперенос) от профессиональных задач.
- Понимание этических дилемм, связанных с границами в терапии, и формирование осознанной позиции по их соблюдению.

Концептуализация в КПТ: принципы описания проблемы и формулирование индивидуализированной картины клиентского случая

Цели:

Сформировать у слушателей системное понимание и базовые практические навыки когнитивной концептуализации случая как фундаментального инструмента КПТ, обеспечивающего индивидуализацию и целенаправленность терапевтического процесса.

Содержание:

Занятие посвящено методологии построения целостной и динамической модели случая, объединяющей проблемы клиента в единую логическую схему:

1. Когнитивная концептуализация как карта случая.

- Определение, цели и значение концептуализации в КПТ: от разрозненных симптомов — к индивидуальной логике расстройств.
- Трехуровневая когнитивная модель (А. Бек) как основа концептуализации: автоматические мысли, промежуточные и глубинные убеждения (базисные схемы).
- Связь между детским/личностным опытом, сформированными убеждениями, триггерными ситуациями и актуальными проблемами.

2. Принципы и этапы построения концептуализации.

- Алгоритм сбора информации: от актуальных проблем и симптомов — к глубинным убеждениям.
- Выявление условных и компенсаторных стратегий (правил жизни и поведения): «Если я буду идеальным, меня примут»; «Чтобы не разочаровываться, нельзя никому доверять».
- «Нисходящая» и «восходящая» стратегии формулирования гипотез. Роль поведенческих экспериментов в проверке и уточнении концептуализации.

3. Инструменты и методы формирования гипотез.

- Техники выявления автоматических мыслей и эмоций.
- Методы доступа к глубинным убеждениям: стрелка вниз, анализ тем в автоматических мыслях, техника «жизненной линии» для выявления ключевых событий.
- Работа с модальностями: формулирование убеждений в когнитивной, эмоциональной, образной и поведенческой сферах.

4. Интеграция данных в рабочий документ.

- Структура письменной когнитивной концептуализации: связное описание случая, включающее предрасполагающий опыт, ключевые убеждения, триггеры, поддерживающие факторы и план терапии.
- Использование схем и диаграмм для визуализации связей между компонентами случая.
- Принципы совместной с клиентом разработки концептуализации и её использования для мотивации и психобразования.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Роли и функциях когнитивной концептуализации как основы для планирования терапии в КПТ.
- Структуре и компонентах трехуровневой модели (автоматические мысли, промежуточные и глубинные убеждения).
- Алгоритмах и методах сбора информации для построения индивидуальной концептуализации.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Проводить целенаправленный сбор информации для выявления ключевых когнитивных и поведенческих паттернов клиента.
- Формулировать рабочие гипотезы о связи актуальных проблем клиента с его глубинными убеждениями и компенсаторными стратегиями.
- Создавать письменный вариант когнитивной концептуализации, интегрирующий данные о клиенте в логически связанную схему.
- Использовать концептуализацию для объяснения клиенту логики терапевтических вмешательств и укрепления рабочего альянса.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Клиническое мышление в парадигме КПТ: способность видеть системные связи в проблематике клиента.

- Навык выдвижения и проверки гипотез в терапевтическом процессе.
- Умение адаптировать стандартные протоколы КПТ под индивидуальный случай на основе его концептуализации.

Коррекция когнитивных искажений

Цели:

Сформировать у слушателей системное понимание механизмов когнитивных искажений и практические навыки их идентификации и коррекции с использованием методов КПТ для повышения гибкости мышления клиента.

Содержание:

Природа и функции когнитивных искажений.

- Определение когнитивных искажений как систематических ошибок мышления.
- Роль искажений в поддержании психологических проблем: связь с автоматическими мыслями и глубинными убеждениями.
- Классификация распространённых когнитивных искажений (катастрофизация, чёрно-белое мышление, персонализация, эмоциональное обоснование и др.).

Методы выявления когнитивных искажений.

- Техники самонаблюдения и фиксации автоматических мыслей.
- Аналитический разбор мыслей с помощью «Дневника мыслей»: определение типа искажения и его влияния на эмоции и поведение.
- Стратегии совместного с клиентом исследования искажений через вопросы Сократического диалога.

Стратегии и техники коррекции искажений.

- Когнитивное реструктурирование: алгоритм работы с дисфункциональными мыслями.
- Техника «Свидетельские показания»: поиск объективных доказательств «за» и «против» искажённой мысли.
- Декатастрофизация и техника «Что, если?» для работы с катастрофизацией.
- Метод «Переоценки»: альтернативное объяснение событий с учётом всех факторов. Поведенческие эксперименты как способ проверки предсказаний, основанных на искажениях.

Интеграция методов в терапевтический процесс.

- Принцип последовательности: от идентификации искажений — к их коррекции и закреплению результатов.
- Адаптация техник к индивидуальным особенностям клиента.
- Работа с устойчивыми искажениями, связанными с глубинными убеждениями.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Механизмах возникновения и функциях когнитивных искажений в рамках когнитивной модели.
- Основных типах когнитивных искажений и их проявлениях в терапевтической практике.
- Алгоритмах и методах коррекции искажений, включая их дифференцированное применение.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Выявлять и классифицировать когнитивные искажения в речи клиента и собственном мышлении.
- Применять техники когнитивного реструктурирования для коррекции искажённых мыслей.
- Использовать поведенческие эксперименты и Сократический диалог для проверки валидности автоматических мыслей.
- Адаптировать методы коррекции под индивидуальные особенности случая.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Навык анализа когнитивных паттернов клиента и выбора релевантных методов коррекции.
- Умение интегрировать работу с искажениями в общий процесс терапии, учитывая концептуализацию случая.
- Способность обучать клиента самостоятельному использованию техник для повышения психологической устойчивости.

Когнитивные технологии в работе с промежуточными и глубинными убеждениями

Цели:

Сформировать у слушателей системное понимание структуры и функций промежуточных и глубинных убеждений в когнитивной модели, а также практические навыки работы с ними с использованием специализированных когнитивных техник.

Содержание:

Теоретические основы работы с убеждениями

- Дифференциация автоматических мыслей, промежуточных убеждений (правила, установки, условные убеждения) и глубинных убеждений (безусловные, ядерные).
- Функциональный анализ убеждений: адаптивные и дезадаптивные аспекты. Роль компенсаторных стратегий.
- Когнитивная, эмоциональная и поведенческая составляющие устойчивых убеждений.

Методы выявления и формулирования убеждений

- Техника «стрелка вниз» для доступа к глубинным уровням.
- Анализ повторяющихся тем в автоматических мыслях.
- Выявление условных убеждений через анализ «правил жизни» клиента.
- Проективные методики и метафоры для работы с трудно вербализуемыми убеждениями.

Стратегии модификации промежуточных убеждений

- Работа с условными убеждениями: техника анализа преимуществ и недостатков убеждения.
- Создание адаптивных альтернативных правил.
- Поведенческие эксперименты для проверки обоснованности промежуточных убеждений
- Техника «Шкалирование убеждений» для оценки степени доверия.

Техники работы с глубинными убеждениями

- Исторический анализ формирования убеждений.
- Техника «Постоянная шкала» для доказательства непостоянства негативных убеждений.
- Использование терапевтических метафор и историй.
- Реконструирующие методики: техника «Письмо из прошлого», работа с образами.
- Поведенческие стратегии закрепления новых убеждений.

Интеграция в терапевтический процесс

- Последовательность работы: от осознания к переоценке и формированию новых убеждений.
- Учет индивидуальных особенностей клиента при выборе техник.
- Профилактика рецидивов через создание устойчивой системы адаптивных убеждений.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Структуре и функциях промежуточных и глубинных убеждений в когнитивной модели.
- Критериях дифференциальной диагностики уровней убеждений.
- Показаниях и ограничениях различных техник работы с убеждениями.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Проводить дифференциальную диагностику и формулировать различные уровни убеждений.
- Применять специализированные техники для модификации промежуточных и глубинных убеждений
- Адаптировать методы работы с убеждениями к индивидуальным особенностям случая.
- Интегрировать работу с убеждениями в общий терапевтический план.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность анализировать когнитивную архитектуру случая и выстраивать стратегию терапии.
- Навык работы с устойчивыми когнитивными паттернами и сопротивлением изменениям.
- Умение сочетать когнитивные, эмоциональные и поведенческие методы при работе с глубинными структурами.

Поведенческие принципы и методы в КПТ. Методы эмоциональной регуляции

Цели:

Сформировать у слушателей целостное представление о поведенческих методах и техниках эмоциональной регуляции в КПТ, а также практические навыки их интеграции в терапевтический процесс для работы с различными клиентскими случаями.

Содержание:

Занятие раскрывает фундаментальные принципы поведенческого подхода в КПТ и современных методов регуляции эмоций:

Поведенческий анализ и его роль в КПТ.

- Базовые принципы поведенческой терапии: оперантное и респондентное научение, принципы подкрепления.
- Функциональный поведенческий анализ: определение триггеров (Antecedents), поведения (Behavior) и последствий (Consequences) — модель А-В-С.
- Поведенческая концептуализация случаев: как поведение поддерживает проблему, и как его можно изменить для достижения терапевтических целей.

Классические и современные поведенческие методы.

- Методы экспозиции: систематическая десенсибилизация, погружение, предотвращение реакции.
- Методы активации поведения: поведенческая активация при депрессии, планирование активности, шкалирование задач.
- Тренинг социальных навыков и ассертивности: ролевые игры, моделирование, обратная связь.
- Принципы подкрепления: выявление позитивных и негативных подкрепляющих факторов, использование поощрений для закрепления нового поведения.

Теория и практика эмоциональной регуляции.

- Модель эмоций в КПТ: связь мыслей, поведения, физиологических реакций и эмоций.
- Стратегии осознания и принятия эмоций: техника «эмоционального отслеживания», децентрализация.
- Методы снижения эмоциональной уязвимости: работа с физиологическими аспектами эмоций (дыхательные техники, методы релаксации).

Интеграция поведенческих методов и методов эмоциональной регуляции.

- Протоколы работы с конкретными расстройствами (тревожные расстройства, депрессия, ПТСР).
- Создание иерархии задач и поэтапное применение методов.
- Работа с сопротивлением и мотивацией при выполнении поведенческих заданий.
- Использование поведенческих экспериментов для проверки когнитивных гипотез и изменения эмоциональных реакций.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Теоретических основах поведенческого подхода и современных моделях эмоциональной регуляции в КПТ.
- Показаниях и противопоказаниях к применению различных поведенческих методов и техник эмоциональной регуляции.
- Принципах интеграции поведенческих и когнитивных методов в терапевтическом процессе.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Проводить функциональный поведенческий анализ для различных клиентских случаев.
- Планировать и проводить поведенческие эксперименты и экспозиции.
- Обучать клиентов техникам эмоциональной регуляции и поведенческой активации.
- Адаптировать поведенческие методы к индивидуальным особенностям и потребностям клиента.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность комбинировать когнитивные, поведенческие и эмоциональные методы в работе со сложными случаями.
- Навык поэтапного планирования поведенческих вмешательств с учетом готовности клиента.
- Умение работать с сопротивлением и мотивационными проблемами при выполнении поведенческих заданий.

Когнитивно-поведенческая терапия депрессии

Цели:

Сформировать у слушателей комплексное понимание клинической картины депрессии в рамках когнитивно-поведенческого подхода и освоение практических навыков применения протокольных и индивидуализированных интервенций при работе с депрессивными расстройствами.

Содержание:

Занятие раскрывает особенности работы с депрессивными расстройствами в рамках когнитивно-поведенческого подхода:

Когнитивно-поведенческая модель депрессии.

- Триада Бека: негативные представления о себе, мире и будущем.
- Теория выученной беспомощности и ее современная трактовка.
- Взаимосвязь когнитивных, эмоциональных, поведенческих и физиологических компонентов депрессии.

Особенности терапевтического процесса при работе с депрессией.

- Модификация стандартной структуры сессии с учетом специфики депрессии.
- Работа с мотивацией и энергетическим дефицитом: принцип "от простого к сложному".
- Выявление и преодоление сопротивления в терапии.

Базовые поведенческие интервенции при депрессии.

- Поведенческая активация как фундаментальный метод.
- Построение иерархии задач и использование принципа градуальности.
- Техника планирования деятельности с учетом энергетического потенциала клиента.

Когнитивные техники работы с депрессивным мышлением.

- Выявление и модификация автоматических мыслей в контексте депрессивной триады.
- Техники работы с глубинными убеждениями: перфекционизм, неудачник, непринятие.

- Методы коррекции руминаций и навязчивого анализа.

Специфические протоколы и методы профилактики рецидивов.

- Работа с суицидальными рисками и кризисными состояниями.
- Стратегии формирования психологической устойчивости.
- Создание индивидуального плана профилактики рецидивов.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Клинических проявлениях депрессии через призму когнитивно-поведенческой модели.
- Особенностях терапевтических отношений и процесса при работе с депрессивными расстройствами.
- Протоколах и методах КПТ при различных формах депрессии.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Проводить дифференциальную диагностику и оценку тяжести депрессивных состояний.
- Применять техники поведенческой активации с учетом индивидуальных особенностей клиента.
- Использовать когнитивные техники для работы с депрессивной триадой и руминациями.
- Разрабатывать и реализовывать план профилактики рецидивов.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность адаптировать терапевтический процесс к когнитивным и энергетическим возможностям клиента с депрессией.
- Навык работы с суицидальным риском и кризисными состояниями в рамках КПТ.
- Умение комбинировать протокольные и индивидуализированные интервенции при работе со сложными случаями депрессии.

Когнитивная терапия третьей волны. Майндфулнес – практика осознанности

Цели:

Сформировать у слушателей системное понимание методологических основ терапий третьей волны в контексте эволюции КПТ, а также практические навыки применения техник майндфулнес в терапевтической работе с различными клиническими случаями.

Содержание:

Занятие раскрывает философские и методологические основы подходов третьей волны КПТ с акцентом на практику осознанности:

Эволюция КПТ: от когнитивной реструктуризации к принятию.

- Исторический контекст возникновения терапий третьей волны.
- Ключевые отличия подходов третьей волны от классической КПТ: отношение к мыслям, цели терапии, роль принятия.
- Основные направления третьей волны: АСТ, DBT, MBSR, MBCT - обзор и специфика.

Теоретические основы практики осознанности (майндфулнес).

- Понятие майндфулнес в контексте психотерапии: компоненты и механизмы воздействия.
- Нейробиологические основы практики осознанности и эмпирические доказательства эффективности.
- Роль майндфулнес в регуляции эмоций, снижении реактивности, развитии мета-осознания.

Базовые техники и практики майндфулнес в терапевтической работе.

- Формальные и неформальные практики осознанности.
- Техника "Осознавание дыхания" как фундаментальная практика.
- Практика "Сканирование тела" для развития соматического осознания.
- Техника "Мысли как облака" для развития навыка децентрирования.

Интеграция майндфулнес в терапевтический процесс.

- Протокол MBSR (Снижение стресса на основе осознанности) - структура и содержание.
- Протокол MBCT (Когнитивная терапия на основе осознанности) для профилактики рецидивов депрессии.
- Использование майндфулнес в работе с тревожными расстройствами, хронической болью, расстройствами пищевого поведения.
- Принципы преподавания практик осознанности клиентам.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Теоретических основах и методологических принципах терапий третьей волны КПТ.
- Механизмах воздействия и доказательной базе практик майндфулнес.
- Основных протоколов и показаниях к применению майндфулнес-подходов.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Проводить базовые практики майндфулнес в индивидуальной и групповой работе.
- Адаптировать техники осознанности под конкретные клинические случаи.
- Интегрировать майндфулнес-практики в процесс классической КПТ.
- Обучать клиентов самостоятельной практике осознанности.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность сочетать методы принятия и изменения в терапевтической работе.
- Навык применения майндфулнес для работы с трудными мыслями и эмоциями.
- Умение использовать практики осознанности для профилактики профессионального выгорания.
- Компетенции в области преподавания и сопровождения практики майндфулнес.

КПТ при тревожных расстройствах. Протоколы терапии ГТР, Панического расстройства и агорафобии

Цели:

Сформировать у слушателей системное понимание диагностических критериев и клинических проявлений генерализованного тревожного расстройства (ГТР), панического расстройства и агорафобии, а также практические навыки применения протоколов когнитивно-поведенческой терапии при работе с данными расстройствами.

Содержание:

Занятие посвящено освоению специализированных методов и техник КПТ для работы с тревожной симптоматикой:

Когнитивно-поведенческая модель тревожных расстройств.

- Модель «тревожного замкнутого круга» при панических атаках (телесный симптом – катастрофическая интерпретация – усиление страха).
- Модель хронической тревоги при ГТР: роль непереносимости неопределенности, позитивных и негативных мета-убеждений о тревоге.
- Модель агорафобии: поведенческое подкрепление избегания и «безопасного» поведения.

Дифференциальная диагностика и оценка.

- Критерии диагностики ГТР, панического расстройства и агорафобии по МКБ-11/DSM-5.
- Использование стандартизированных шкал (GAD-7, Шкала тяжести панического расстройства, Шкала избегания при агорафобии).
- Проведение функционального анализа панических атак и эпизодов интенсивной тревоги.

Протокол работы с Паническим расстройством и Агорафобией.

- Психобразование: объяснение природы панической атаки с физиологической и когнитивной точек зрения.
- Техники интерокогнитивной экспозиции (целенаправленное вызывание телесных симптомов).
- Когнитивное реструктурирование катастрофических интерпретаций телесных ощущений.
- Построение иерархии и проведение *in vivo* экспозиции для ситуаций, вызывающих страх (при агорафобии).
- Постепенное сокращение «безопасного» поведения.

Протокол работы с Генерализованным Тревожным Расстройством (ГТР).

- Психобразование о функциях и вреде хронической тревоги.
- Техника «Отсроченное беспокойство» для прерывания руминаций.
- Работа с мета-убеждениями о тревоге («Беспокоиться полезно» / «Моя тревога неуправляема»).
- Методы решения проблем и повышения толерантности к неопределенности.
- Применение практик осознанности для дистанцирования от тревожных мыслей.

Интеграция методов и профилактика рецидивов.

- Стратегии комбинирования когнитивных и поведенческих техник в зависимости от фазы терапии.
- Составление индивидуального плана работы с учетом коморбидности расстройств.
- Разработка плана профилактики рецидивов и завершения терапии.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Когнитивно-поведенческих моделях поддержания ГТР, панического расстройства и агорафобии.
- Диагностических критериях и методах оценки данных расстройств.
- Содержании и этапах evidence-based протоколов КПТ для каждого из расстройств.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Проводить дифференциальную диагностику и оценку тяжести тревожных расстройств.
- Применять техники интерокогнитивной и *in vivo* экспозиции при работе с паникой и агорафобией.
- Использовать когнитивные техники для работы с катастрофизацией и мета-убеждениями о тревоге.
- Планировать и проводить терапию в соответствии с протоколами КПТ для конкретного тревожного расстройства.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность мотивировать клиента на участие в экспозиционной терапии и работать с сопротивлением.
- Навык гибкого комбинирования протокольных вмешательств при коморбидных состояниях.
- Умение создавать и реализовывать индивидуальный план терапии, основанный на когнитивной концептуализации случая.

КПТ при тревожных расстройствах. Протоколы терапии Обсессивно-компульсивного и Посттравматического стрессового расстройства

Цели:

Сформировать у слушателей системное понимание диагностических критериев и клинических проявлений обсессивно-компульсивного расстройства (ОКР) и посттравматического стрессового расстройства (ПТСР), а также практические навыки применения специализированных протоколов когнитивно-поведенческой терапии при работе с данными расстройствами.

Содержание:

Занятие посвящено освоению методов и техник КПТ, доказавших свою эффективность в терапии ОКР и ПТСР:

Когнитивно-поведенческая модель ОКР.

- Модель Salkovskis: роль ответственности, ритуалов и избегания в поддержании цикла ОКР.
- Когнитивные искажения при ОКР: магическое мышление, гиперконтроль, контрастные obsessions.
- Функциональный анализ навязчивостей и компульсий: выявление триггеров и последствий.

Когнитивно-поведенческая модель ПТСР.

- Модель Элерса и Кларка: роль травматических воспоминаний, когнитивных оценок и стратегий выживания.
- Особенности переработки травмы: теория разорванных когнитивных схем.
- Роль избегания, гипербдительности и повторного переживания в поддержании симптомов.

Протокол работы с ОКР.

- Психобразование о природе навязчивостей и механизме формирования порочного круга.
- Техника экспозиции с предотвращением реакции (ЭПР): построение иерархии, проведение и закрепление.
- Когнитивное реструктурирование дисфункциональных убеждений о последствиях и ответственности.
- Работа с мета-когнициями и перфекционизмом.

Протокол работы с ПТСР.

- Фазовая модель терапии: стабилизация, переработка травмы, реинтеграция.
- Техники переработки травмы: методика продолжительной экспозиции (PE) и когнитивная реструктуризация травматических воспоминаний (КТПР).
- Работа с дисфункциональными убеждениями, сформированными в результате травмы.
- Техники управления симптомами: работа с гипервозбуждением, ночными кошмарами, диссоциацией.

Интеграция методов и профилактика рецидивов.

- Стратегии комбинирования когнитивных и поведенческих техник при сложных случаях.
- Особенности терапевтических отношений при работе с травмой и навязчивостями.
- Разработка индивидуального плана профилактики рецидивов для каждого расстройства.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Современных когнитивно-поведенческих моделях ОКР и ПТСР.
- Диагностических критериях и методах дифференциальной диагностики данных расстройств.
- Содержании и этапах evidence-based протоколов терапии (ЭПР при ОКР, PE и КТПР при ПТСР).

Смогут (сформируют практические навыки):

- Проводить функциональный анализ симптомов ОКР и ПТСР.
- Применять технику экспозиции с предотвращением реакции при работе с навязчивостями.
- Использовать методы переработки травматических воспоминаний и когнитивной реструктуризации.
- Планировать терапию в соответствии с фазовой моделью работы с травмой.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность создавать безопасные условия для проведения экспозиционных техник.
- Навык работы с диссоциацией и сильными эмоциональными реакциями во время терапии.
- Умение адаптировать протокольные вмешательства к индивидуальным особенностям случая.

Супервизия по КПТ с разбором клиентских случаев

Цели:

Сформировать у слушателей системное понимание принципов и процесса супервизии в когнитивно-поведенческом подходе, а также практические навыки проведения и участия в супервизорской работе с клиническими случаями.

Содержание:

Занятие посвящено освоению методологии супервизии как неотъемлемого компонента профессионального становления КПТ-терапевта:

Теоретические основы супервизии в КПТ.

- Цели, задачи и функции супервизии в когнитивно-поведенческом подходе.
- Модели супервизии: образовательная, поддерживающая, экспертная.
- Этапы супервизорского процесса: подготовка, анализ случая, планирование вмешательств.

Структура и методы супервизорской работы.

- Форматы супервизии: индивидуальная, групповая, интервизия.
- Методы представления случая: устный отчет, видеодемонстрация, письменная концептуализация.
- Использование супервизорских протоколов и чек-листов.

Анализ клиентских случаев в супервизии.

- Алгоритм разбора случая: от представления проблемы к планированию терапии.
- Анализ когнитивной концептуализации случая.
- Оценка соответствия терапевтических интервенций когнитивной концептуализации.
- Выявление и анализ трудностей в терапевтическом процессе.

Работа с супервизируемым терапевтом.

- Выявление и коррекция когнитивных ошибок терапевта.
- Развитие профессиональных компетенций и навыков рефлексии.
- Работа с контрпереносом и профессиональным выгоранием.
- *Формирование навыков само-супервизии.

Этические аспекты супервизии.

- Правила конфиденциальности и профессиональной этики.
- Границы ответственности супервизора и супервизируемого.
- Критерии эффективности супервизорской работы.

В результате:

Получат систематизированные знания о:

- Теоретических основах и моделях супервизии в КПТ.
- Методологии проведения супервизорских сессий.
- Этических стандартах и профессиональных требованиях к супервизии.

Смогут (сформируют практические навыки):

- Подготавливать и представлять клиентские случаи для супервизии.
- Проводить анализ когнитивной концептуализации и терапевтических интервенций.
- Использовать супервизорские техники для решения профессиональных трудностей.
- Применять методы само-супервизии в повседневной практике.

Разовьют профессиональные компетенции:

- Способность к критическому анализу собственной терапевтической работы.
- Навык конструктивной обратной связи и профессиональной рефлексии.
- Умение использовать супервизию для непрерывного профессионального развития.

5. ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ

5.1. Формы аттестации

Для проведения промежуточной и итоговой аттестации слушателей программы разработан Фонд оценочных средств по программе, являющийся неотъемлемой частью учебно-методического комплекса.

Объектами оценивания выступают:

- степень освоения теоретических знаний,
- уровень овладения практическими умениями и навыками по всем видам учебной работы, активность на занятиях

Текущий контроль знаний обучающихся проводится на протяжении всего обучения по программе преподавателем, ведущим занятия в учебной группе.

Текущий контроль знаний включает в себя наблюдение преподавателя за учебной работой обучающихся и проверку качества знаний, умений и навыков, которыми они овладели на определенном этапе обучения посредством выполнения упражнений на практических занятиях и в иных формах, установленных преподавателем.

Промежуточная аттестация - Оценка качества усвоения обучающимися содержания учебных блоков непосредственно по завершению их освоения, проводимая в форме зачета посредством устного опроса, тестирования, практической работы, а также в иных формах, в соответствии с учебным планом и содержанием программы.

Итоговая аттестация - процедура, проводимая с целью установления уровня знаний, обучающихся с учетом прогнозируемых результатов обучения и требований к результатам освоения образовательной программы. Итоговая аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета.

Слушатель допускается к итоговой аттестации после изучения тем образовательной программы в объеме, предусмотренном для всех видов занятий.

Лицам, освоившим образовательную программу и успешно прошедшим итоговую аттестацию, выдается Диплом о профессиональной переподготовке установленного образца.

Лицам, не прошедшим итоговую аттестацию или получившим на итоговой аттестации неудовлетворительный результаты, а также лицам, освоившим часть программы и (или) отчисленным из образовательной организации, выдаются справки об обучении установленной формы.

5.2. Критерии оценки обучающихся

Предмет оценивания (компетенции и трудовые функции)	Объект оценивания (трудовые действия/ навыки)	Показатель оценки (знания, умения)
---	---	------------------------------------

<p>На базе федерального государственного образовательного стандарта высшего «37.03.01 Психология».</p> <p>Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3);</p>	<p>ПК-3</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыки подбора диагностических инструментов для проведения психологического обследования – проведение психологической диагностики и обработка полученной информации – обобщение результатов психологического обследования – подготовка рекомендаций по психологическому консультированию – проведение психологического консультирования 	<p>ПК-3</p> <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – теоретические основы психологического консультирования – приемы установления консультационного контакта с получателем (получателями) психологического консультирования – классификация психодиагностических методов и порядок их применения – нормы профессиональной этики психолога-консультанта <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – подбирать и применять комплекс диагностических методик для проведения психологического обследования, в соответствии с выявленными расстройствами – использовать в работе профессиональные психологические тесты и опросники – использовать новые методы и процедуры психологического консультирования – выявлять приоритетные темы психологического консультирования
<p>На базе федерального государственного образовательного стандарта высшего «37.03.01 Психология».</p> <p>Способность к выявлению специфики психического функционирования человека с учётом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к тендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-4);</p>	<p>ПК-4</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыки общения, технологиями и приемами разрешения жизненных проблем личности и конфликтных ситуаций 	<p>ПК-4</p> <p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> – возрастные особенности человека, специфику его переживания кризисного состояния, – гендерные особенности личности, – психологические особенности взаимозависимости личности и группы; – социально- психологические факторы и психологические механизмы возникновения проблемных жизненных ситуаций человека на различных стадиях жизнедеятельности <p>Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – выделять и анализировать проблемы человека в психологическом контексте социальной среды, определять эффективные направления их решения
<p>На базе Профессионального стандарта 03.008 «Психолог в социальной сфере»:</p> <p>Психологическое и социально-психологическое сопровождение граждан и социальных групп) (А/01.6).</p>	<p>А/01.6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Информирование социального окружения о средствах и методах психологической поддержки граждан, в том числе посредством современных информационных технологий (создание специальных страничек, блогов, групп в социальных сетях) - Определение основных направлений психологической и социально-психологической помощи в коррекции психологического состояния в соответствии с результатами проведенной психологической диагностики и обследования - Выявление условий, затрудняющих становление личности граждан, и коррекция их посредством психопрофилактики, психодиагностики, психокоррекции, 	<p>Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Отечественной и зарубежной социальной психологии (современные направления, актуальные проблемы, методы работы) - Психологии кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы), рискология, психология горя, потери, утраты - Психологии экстремальных ситуаций (подходы, проблемы, виды помощи, последствия) - Психология семьи и семейных отношений (подходы, онтология, структура семьи, этапы ее развития, особенности взаимоотношений) - Психология зависимости, девиантология - Возрастная психология, основы геронтологии - Основы психологического консультирования (виды, формы, методы) - Особенности развития личности в неблагоприятной социальной ситуации - Методы и способы оценки психического состояния людей

	<p>консультирования и реабилитации (абилитации)</p> <ul style="list-style-type: none"> - Оказание консультационной психологической помощи анонимно (в том числе с использованием телефона доверия) лицам, находящимся в кризисном или остром психологическом состоянии, направленной на развитие умения справляться с изменившимися условиями жизни, принимать на себя ответственность - Реализация психокоррекционной работы с целью адаптации граждан в среде обитания (обществе), преодоления или ослабления отклонений в развитии, эмоциональном состоянии и поведении - Разработка прогноза и рекомендаций коррекционной работы - Проведение психологических тренингов по формированию и развитию личностных качеств, необходимых для самостоятельной жизни и социализации - Разработка и реализация тематических планов и/или программ работы групп взаимоподдержки, клубов общения, курирование групп взаимоподдержки, клубов общения и руководство их работой с целью оказания помощи гражданам (социальным группам) в выходе из состояния дискомфорта, поддержания и укрепления психического здоровья, повышения стрессоустойчивости, уровня психологической культуры в сфере межличностных отношений и общения 	<ul style="list-style-type: none"> - Методики (инструкции, программы) организации и проведения коррекционных мероприятий в соответствии с возрастными и психофизическими особенностями - Основы проведения психологического тренинга (методология, проведение, результаты, эффекты) <p style="text-align: center;">Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрабатывать планы реализации психологического сопровождения, психологических услуг и психологической помощи гражданам и социальным группам - Применять методы психологического консультирования, психологической диагностики - Выявлять и анализировать психическое состояние и индивидуальные психологические особенности личности, влияющие на поведение и взаимоотношения с окружающими людьми - Подбирать и применять набор диагностических методик и диагностического инструментария в соответствии с возрастными особенностями личности - Подбирать и применять методы создания условий для полноценного психологического развития личности на каждом возрастном этапе для своевременного предупреждения возможных нарушений в развитии личности - Проводить коррекционные мероприятия в соответствии с планом индивидуальной коррекционной работы на основе современных методик, форм и методов - Оценивать эффективность проведенных коррекционных мероприятий - Проводить психологический тренинг с целью снятия последствий психотравмирующих ситуаций, нервно-психической напряженности; привития социально ценных норм поведения людям, преодолевающим асоциальные формы жизнедеятельности; формирования адаптации к изменяющимся условиям, мотивации членов их семей на ведение здорового образа жизни - Разрабатывать программы индивидуальной работы с учетом конкретных профессиональных задач
<p>На базе Профессионального стандарта 03.008 «Психолог в социальной сфере»:</p> <p>Разработка и реализация программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия отдельных лиц и социальных групп (А/03.6)</p>	<p style="text-align: center;">А/03.6</p> <ul style="list-style-type: none"> - Проведение мероприятий по информационно-психологической безопасности личности в информационном обществе - Информирование общественности о деятельности служб поддержки и экстренной психологической и социально-правовой помощи, в том числе через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», телефоны службы анонимного консультирования абонентов 	<p style="text-align: center;">Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Основы социальной и психологической реабилитации - Меры профилактики межэтнической, межконфессиональной и социально-имущественной напряженности в социальной сфере в соответствии с современными цивилизационными вызовами - Методы индивидуализированной психологической помощи семье, находящейся в трудной жизненной ситуации <p style="text-align: center;">Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрабатывать методические материалы по реализации программ профилактической психологической работы, направленных на

		<p>улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения</p> <ul style="list-style-type: none"> – Применять современные технологии социально-психологической профилактической и реабилитационной работы с семьей и детьми – Применять разные виды и методы индивидуального, группового психологического консультирования в соответствии с возрастом, полом и особенностями жизненной ситуации клиентов – Создавать команду и работать в команде по оказанию психологической помощи клиентам – Разрабатывать психологические рекомендации с учетом конкретных задач для дальнейшей работы с клиентами – Разрешать конфликты и противоречия в работе по оказанию психологической помощи клиентам – Проводить психологическое обследование социального окружения представителей социально уязвимых слоев населения в рамках профессиональных этических норм, прав человека
<p>На базе Профессионального стандарта 03.008 «Психолог в социальной сфере»: Оказание психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы, психологическое сопровождение профессиональной деятельности (А/04.6)</p>	<p style="text-align: center;">А/04.6</p> <ul style="list-style-type: none"> – Разработка планов, согласование форм и условий оказания психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы, планов психологического обеспечения управления и психологического сопровождения профессиональной деятельности – Выявление и анализ неблагоприятных психологических факторов в профессиональной деятельности – Проведение психологических тренингов в целях повышения эффективности работы сотрудников организации (тренинги командообразования, групповой сплоченности) 	<p style="text-align: center;">Знания:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Социальная психология, психология малых групп, методология индивидуальных консультаций и тренингов (специфика, виды, длительность) - Психология личности, организационная психология, психология управления, психология маркетинга, конфликтология - Методы и способы психодиагностики и психологического консультирования, обучения взрослых - Методы общей психологической подготовки сотрудников - Основные теории оказания психологической помощи персоналу организаций - Прикладная психология <p style="text-align: center;">Умения:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Проводить психологическую подготовку персонала применительно к конкретным видам задач, в том числе по формированию психологической устойчивости к действию психотравмирующих факторов – Проводить психологический анализ и оценку результативности деятельности персонала организаций в соответствии с требованиями к виду профессиональной деятельности – Проводить оценку эффективности оказания психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы, психологического обеспечения управления и психологического сопровождения профессиональной деятельности - Определять и оптимизировать факторы, влияющие на удовлетворенность работников условиями труда и их мотивацию к профессиональному росту

В процессе аттестации проверяется результативность освоения знаний, умений и навыков, предусмотренных в процессе профессиональной переподготовки.

Критерии оценки качества освоения учебной программы, проводимой в форме зачета.

Оценка	Требования к знаниям
«зачтено»	Оценка «зачтено» выставляется слушателю, продемонстрировавшему твердое и всестороннее знание материала, умение критически анализировать уровень саморазвития и самомотивации, самостоятельно делать грамотные выводы, умение применять полученные в рамках занятий практические навыки и умения. Достижения за период обучения и результаты текущей аттестации демонстрировали достаточный уровень знаний и умений слушателя.
«не зачтено»	Оценка «не зачтено» выставляется слушателю, который в недостаточной мере овладел материалом по дисциплине, не готов критически оценивать собственную результативность, не выполнил требований, предъявляемых к итоговой аттестации. Достижения за период обучения и результаты текущей аттестации демонстрировали неудовлетворительный уровень знаний и умений слушателя.

Критерии оценки качества освоения учебной программы, проводимой в форме экзамена.

Оценка	Требования к знаниям
неудовлетворительно	Отметка «неудовлетворительно» выставляется слушателю, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий
Удовлетворительно	Отметка «удовлетворительно» получает слушатель, показавший частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности, знакомый с литературой по программе. Как правило, отметка «удовлетворительно» выставляется слушателям, допустившим погрешность в выпускной квалификационной работе
Хорошо	Отметку «хорошо» заслуживает слушатель, показавший полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), предусмотренных программой, изучивший рекомендованную программой литературу, способный к самостоятельному пополнению и обновлению знаний в ходе дальнейшего обучения и профессиональной деятельности
Отлично	Отметку «отлично» заслуживает слушатель, показавший полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы, публикаций.

5.3. Фонд оценочных средств

При освоении программы используются различные образовательные технологии и способы обучения.

По завершению обучения проводится итоговая аттестация, которая включает в себя зачет по пройденному материалу.

Примерный перечень вопросов для промежуточной и итоговой аттестации по программе

1. Базовые модули программы

1.1. Введение в терапию. Терапевтические отношения и границы в КПТ

1. Опишите структуру сессии КПТ и обоснуйте назначение каждого элемента
2. Каковы этические дилеммы, связанные с установлением профессиональных границ?
3. Раскройте содержание понятия «коллаборативный эмпиризм»
4. Опишите стратегии работы с разрывом терапевтического альянса

1.2. Концептуализация в КПТ

1. Опишите алгоритм построения когнитивной концептуализации
2. Какими методами можно выявить глубинные убеждения клиента?

3. Проанализируйте предложенный кейс и сформулируйте гипотезы о ключевых убеждениях
4. Как используется концептуализация для планирования терапии?

1.3. Когнитивные технологии в работе с автоматическими мыслями

1. Опишите структуру и алгоритм работы с «Мысленным дневником»
2. Какие техники реструктурирования вы используете для работы с мыслью «Я неудачник»?
3. В чем разница между техниками «Свидетельские показания» и «Поведенческий эксперимент»?
4. Каковы типичные ошибки терапевта при работе с автоматическими мыслями?

1.4. Коррекция когнитивных искажений

1. Дайте определение и приведите примеры 5 когнитивных искажений
2. Опишите протокол работы с катастрофизацией
3. Как техника «Сократический диалог» применяется для коррекции искажений?
4. Как работать с искажениями, подкрепляемыми глубинными убеждениями?

1.5. Работа с промежуточными и глубинными убеждениями

1. В чем разница между техниками «Стрелка вниз» и «Исторический анализ»?
2. Опишите протокол модификации убеждения «Я непривлекателен»
3. Каковы цели техники «Письмо из прошлого»?
4. Как интегрировать работу с глубинными убеждениями в терапию?

1.6. Поведенческие методы и эмоциональная регуляция

1. Проведите функциональный анализ поведения для предложенного кейса
2. Опишите протокол поведенческой активации при депрессии
3. Каковы механизмы воздействия техник экспозиции?
4. Опишите 3 техники эмоциональной регуляции при работе с гневом

2. Модули по работе с расстройствами

2.1. Терапия депрессии

1. Опишите когнитивную триаду Бека при депрессии
2. Каковы задачи этапа поведенческой активации?
3. Опишите стратегии работы с руминациями
4. Составьте план профилактики рецидивов депрессии

2.2. Терапия тревожных расстройств (ГТР, паника, агорафобия)

1. Опишите модель «тревожного замкнутого круга» при панической атаке
2. В чем разница между in vivo и интрокотивной экспозицией?
3. Опишите протокол работы с непереносимостью неопределенности при ГТР
4. Каковы мишени терапии при агорафобии?

2.3. Терапия ОКР и ПТСР

1. Опишите модель Salkovskis для ОКР
2. В чем суть техники «Экспозиция с предотвращением реакции»?
3. Опишите фазовую модель работы с ПТСР
4. Каковы механизмы действия методики продолжительной экспозиции?

2.4. Терапия третьей волны. Майндфулнес

1. В чем отличия терапий третьей волны от классической КПТ?
2. Опишите 3 базовые практики майндфулнес
3. Каковы показания для применения протокола МВСТ?
4. Как интегрировать майндфулнес в работу с навязчивыми мыслями?

3. Профессиональные компетенции

3.1. Супервизия в КППТ

1. Каковы цели и задачи супервизии в КППТ?
2. Опирайте алгоритм разбора случая на супервизии
3. Каковы методы работы с когнитивными ошибками терапевта?
4. Каковы критерии эффективной супервизии?

4. Итоговый комплексный вопрос

Задание: Проанализируйте клиентский кейс:

- a. Проведите когнитивную концептуализацию
- b. Сформулируйте цели терапии
- c. Разработайте план терапевтических вмешательств на 8-10 сессий
- d. Опишите потенциальные трудности и стратегии их преодоления

6. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ.

Занятия по Дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «**Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании**» представлены следующими видами работы: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Реализация программы «**Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании**» проводится с полным или частичным применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения на платформе <https://lk.psyinst.moscow/>, что позволяет обучающимся освоить программу вне зависимости от места их нахождения.

Реализация программы дополнительного профессионального образования обеспечивается педагогическими работниками, а также лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на условиях гражданско-правового договора, в том числе из числа руководителей и работников организаций, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности. Квалификация педагогических работников должна отвечать квалификационным требованиям, указанным в квалификационных справочниках, и (или) профессиональных стандартах (при наличии).

6.1. Требования к квалификации педагогических кадров, представителей предприятий и организаций, обеспечивающих реализацию образовательного процесса.

Требования к образованию и обучению лица, занимающего должность *преподавателя*: Высшее образование - специалитет или магистратура, направленность (профиль) которого, как правило, соответствует преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю).

Дополнительное профессиональное образование на базе высшего образования (специалитета или магистратуры) - профессиональная переподготовка, направленность (профиль) которой соответствует преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю).

Педагогические работники обязаны проходить в установленном законодательством Российской Федерации порядке обучение и проверку знаний и навыков в области охраны труда. Рекомендуется обучение по дополнительным профессиональным программам по профилю педагогической деятельности не реже чем один раз в три года.

Требования к опыту практической работы: при несоответствии направленности (профиля) образования преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю) - опыт работы в области профессиональной деятельности, осваиваемой обучающимися или соответствующей преподаваемому учебному курсу, дисциплине (модулю).

Преподаватель: стаж работы в образовательной организации не менее одного года; при наличии ученой степени, (звания) - без предъявления требований к стажу работы.

Особые условия допуска к работе: отсутствие ограничений на занятие педагогической деятельностью, установленных законодательством Российской Федерации.

Прохождение обязательных предварительных (при поступлении на работу) и периодических медицинских осмотров (обследований), а также внеочередных медицинских осмотров (обследований) в порядке, установленном законодательством Российской Федерации.

Прохождение в установленном законодательством Российской Федерации порядке аттестации на соответствие занимаемой должности.

6.2. Требования к материально-техническим условиям

Реализация **Дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** предполагает наличие:

- учебные аудитории, оснащенные мультимедийной техникой;
- дидактические материалы: презентационные материалы (слайды); учебные видеозаписи; комплекты схем, плакатов, стенды;
- технические средства обучения: аудио-, видеоаппаратура, проектор и др.

В личном кабинете студенту доступна его обучающая программа, состоящая из отдельных уроков (вебинаров/семинаров). В уроках размещены видеозаписи лекций либо отражены даты проведения мероприятий, их краткое содержание и ссылки для подключения к трансляции (для мероприятий в онлайн-формате). После проведения мероприятия в онлайн-формате в урок добавляется запись вебинара. В личном кабинете студенту также доступны календарь предстоящих мероприятий, раздел для связи с учебным отделом института и раздел пользовательских настроек, где возможна смена пароля для входа в систему и настройка уведомлений.

6.3. Требования к информационным и учебно-методическим условиям

Основная литература:

1. Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии. – СПб.: Питер, 2003.
2. Бек Дж. Когнитивная терапия: полное руководство. – М.: Вильямс, 2006.
3. МакМуллин Р. Практикум по когнитивной терапии. – СПб.: Речь, 2001.
4. Лихи Р. Техники когнитивной терапии: Справочник практикующего. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2020.
5. Холл М., Борковски Т. Когнитивно-поведенческая терапия для чайников. – М.: Диалектика, 2021.
6. Хоуки К., Пейдж Э., Старчевич В. Когнитивно-поведенческая терапия: Руководство для клинического применения. – М.: МЕДпресс-информ, 2020.
7. Федоров А.А. Когнитивно-поведенческая терапия: учебное пособие. – СПб.: Наука и техника, 2020.
8. Паттерсон С., Уоткинс Э. Когнитивно-поведенческая терапия: практическое руководство. – М.: ИОИ, 2019.
9. Лиз Б. Когнитивно-поведенческая терапия: от основ к современным направлениям. – М.: Эксмо-Пресс, 2021.
10. Гараян Н.Г., Холмогорова А.Б. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия. – М.: Академический проект, 2019.

Дополнительная литература

1. Эллис А. Гуманистическая психотерапия: Рационально-эмоциональный подход. – СПб.: Издательство «Сова», 2002.
2. Ялом И. Экзистенциальная психотерапия. – М.: Класс, 1999.
3. Кабанов М.М., Личко А.Е., Смирнов В.М. Методы психологической диагностики и коррекции в клинике. – М.: Медицина, 1983.
4. Карварский Б.Д. и др. Клиническая психология: учебник. – СПб.: Питер, 2004.
5. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. – СПб.: Питер, 2001.
6. Соколова Е.Т., Николаева В.В. Особенности личности при пограничных расстройствах и соматических заболеваниях. – М.: SvR-Аргус, 1995.
7. Александров А.А. Современная психотерапия. – СПб.: Академический проект, 1997.
8. Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: Издательство Московского университета, 1984.
9. Гринберг Л. и др. Практика процессуально-ориентированной терапии. – М.: Институт общегуманитарных исследований, 2021.
10. Перлз Ф. Гештальт-подход и Свидетель терапии. – М.: Издательство Института психотерапии, 2001.
11. Роджерс К. Клиенто-центрированная терапия. – М.: Издательство «Рефл-бук», 1997.
12. Франкл В. Человек в поисках смысла. – М.: Прогресс, 1990.
13. Хорни К. Невроз и личностный рост. – СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа, 1997.
14. Шостром Э. Анти-Карнеги, или Человек-манипулятор. – М.: Дубна, 1994.

15. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. – СПб.: Питер, 2001.
16. Мэй Р. Искусство психологического консультирования. – М.: Независимая фирма «Класс», 1994.
17. Кочюнас Р. Основы психологического консультирования. – М.: Академический проект, 1999.
18. Алешина Ю.Е. Индивидуальное и семейное психологическое консультирование. – М.: Независимая фирма «Класс», 1999.
19. Меновщиков В.Ю. Введение в психологическое консультирование. – М.: Смысл, 2000.
20. Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000.

10.1. Методические рекомендации к организации образовательного процесса

При преподавании **дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** изложение материала строится как с использованием теоретической подачи материала в виде лекций, так и в виде практических занятий. В ходе лекционных занятий целесообразно использовать презентационные материалы (слайды).

В процессе практических занятий преподаватель вместе с обучающимися изучает прикладные методы работы, диагностику, составляет примеры упражнений, заданий, что позволяет в свою очередь слушателям ознакомиться и применять на практике необходимые знания и умения.

Для реализации компетентностного подхода в учебном процессе рекомендуется использование активных и интерактивных форм проведения занятий.

Использование разнообразного методического арсенала позволяет преподавателю основательно рассмотреть **программу профессиональной переподготовки «Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** с учетом современных профессиональных знаний в данной области. На начальном этапе изучения курса преподаватель должен заострить внимание слушателей на целевой установке, поскольку она является одной из важных в подготовке специалиста как профессионала в сфере психологической коррекции и психотерапии. В программе представлена современная научно-методическая литература, вопросы к аттестации, необходимые для изучения данного курса. Преподаватель должен хорошо владеть различными технологиями проведения лекционных и практических занятий. Правильно выстроенный учебный процесс по данной программе позволяет им глубоко разобраться в поставленных в ходе курса проблем, понять и осмыслить специфику работы специалиста в области психологической коррекции и психотерапии.

10.2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Самостоятельная (аудиторная и внеаудиторная) работа обучающихся является одним из основных видов познавательной деятельности, направленной на более глубокое и разностороннее изучение материалов **дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки «Когнитивно-поведенческие технологии в психотерапии и консультировании»** и включает: обязательное участие в процессе занятий; подготовку к практическим занятиям; подготовку к промежуточной и итоговой аттестации.

Сложность изучения дисциплины заключается в необходимости за короткий промежуток времени освоить новые навыки. Поэтому присутствие на лекциях и активное включение в работу на практических занятиях является обязательным условием для освоения материала по программе. Рекомендуется изучать предложенные к прочтению статьи и другие материалы.