


**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

факультет клинической психологии

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель
образовательной программы
 /Березина З.И./
(подпись) (Ф.И.О.)
«29» августа 2023 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
КОГНИТИВНО-БИХЕВИОРАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ
Специальность 37.05.01 Клиническая психология

Форма обучения - очная

Ростов-на-Дону
2023

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Цель освоения дисциплины: овладеть знаниями об основных теоретических концепциях современных направлений когнитивно - бихевиоральной (когнитивно-поведенческой) психотерапии; а также принципами их применения в приложении к задачам клинической психологии в области профилактики и лечения психической дезадаптации, психологической реабилитации различных заболеваний и состояний.

1.2. Задачи изучения дисциплины:

- формирование умения определять цели, задачи и программы психологического вмешательства с учетом нозологических, синдромальных, социодемографических, культуральных и индивидуально-психологических характеристик;

- формирование умения разрабатывать программы (определять конкретные методы и последовательность их применения) психологического вмешательства в соответствии с нозологическими, синдромальными и индивидуально-психологическими характеристиками пациентов (клиентов) и в соответствии с задачами профилактики, лечения, реабилитации и развития;

- формирование психотерапевтических навыков общения с пациентом (клиентом) с учетом психотерапевтической этики и в зависимости от клинико-психологических и характерологических особенностей пациентов (клиентов).

II. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОП ВО по данной специальности:

ПК-4 Способен к использованию методов классических и современных направлений психологической психотерапии при оказании психологической помощи.

III. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

3.1. Дисциплина относится к обязательной части.

IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины в зет 4_час 144

4.1. Дисциплины, изучаемые в 9 семестре

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов					
		Всего	Контактная Работа				СРС
			Л	С	ПР	ЛР	
Семестр 9							
1	Основные понятия когнитивно-бихевиоральной психотерапии	64	8	-	24	-	32
2	Основные теории и методы когнитивно-бихевиоральной психотерапии.	44	8	-	24	-	12
Итого по семестру		108	16	-	48	-	44
Форма промежуточной аттестации – экзамен		36					
Итого по дисциплине:		144	16	-	48	-	44

СРС - самостоятельная работа обучающихся

Л - лекции

С – семинары

ЛР – лабораторные работы

ПР – практические занятия

4.2. Контактная работа

Лекции

№ раздела	№ лекции	Темы лекций	Кол-во часов
Семестр 9			
1	1.1.	Когнитивно-бихевиоральная психотерапия, общая характеристика, принципы, основные понятия.	4
	1.2.	Основные теории и методы КПТ. Поведенческие техники: в когнитивной модификации через поведенческие изменения.	4
2	2.1.	Когнитивно-бихевиоральная психотерапия, концепция когнитивной триады. Структура депрессивного мышления.	4
	2.2.	Неправильная обработка информации. Выявление дисфункциональных мыслей и убеждений. Модификация убеждений. Убеждение как «мишень». Модификация «долженствований». Предрасположенность к депрессии.	4
Итого по семестру часов			16
<i>Итого по дисциплине часов:</i>			16

Практические занятия

№ раздела	№ ПР	Темы практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 9				
1	1.1.	Понятие о когнитивно-бихевиоральной терапии. Цели и задачи когнитивной терапии. А.Эллис и А.Бек – основатели когнитивной терапии.	4	Устный опрос
	1.2.	Модель депрессии по А.Беку – когнитивная модель депрессии. Концепция когнитивной триады. Шкала депрессии по Беку.	4	Устный опрос
	1.3.	Структура депрессивного мышления. Неправильная обработка информации. Предрасположенность к депрессии.	4	Устный опрос

№ раздела	№ ПР	Темы практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
	1.4.	Поведенческие техники: к когнитивной модификации через поведенческие	4	Устный опрос
	1.5.	Составление распорядка дня. Оценка мастерства и удовольствия. Техника градуированных заданий.	4	Собеседование
	1.6.	Когнитивная репетиция. Тренинг ассертивности и ролевые игры. Обоснование когнитивной техники. когнитивной терапии. Разъяснение термина «когниции». Влияние когниций на эмоции и поведение. Когниции и недавние переживания.	4	Устный опрос
2	2.1.	Техники когнитивной психотерапии. Выявление автоматических мыслей. Записывание мыслей. Дневник мыслей. Отдаление. Эмпирическая проверка. Методика переоценки.	4	Устный опрос
	2.2.	Децентрация. Самовыражение. Декатастрофикация. Целенаправленное повторение. Использование воображения. Переоценка ценностей. Замена эмоций. Смена ролей. Исследование автоматических мыслей и проверка реальностью.	4	Устный опрос
	2.3.	Техника реатрибуции. Поиск альтернативных решений. Протокол дисфункциональных мыслей.	4	Устный опрос
2	2.4.	Отбор симптомов-мишеней и техник. Аффективные симптомы: печаль, индуцированный гнев, отвлечение внимания, польза юмора, дозированное выражение чувств, повышение толерантности к дискомфорту, приступы «неконтролируемого» плача, чувство вины,	4	Тестирование
	2.5.	Мотивационные симптомы: утрата позитивной мотивации и уклонение от активности, повышенная зависимость.	4	Собеседование
	2.6.	Когнитивные симптомы: нерешительность, преувеличивание проблем, самокритика, абсолютистское мышление, нарушения внимания и памяти. Поведенческие симптомы. Пассивность, инертность, избегание. Ослабление способности к решению «житейских» проблем. Ослабление социальных навыков. Физиологические симптомы: расстройства сна, расстройства аппетита и снижение сексуального влечения.	4	Устный опрос

№ раздела	№ ПР	Темы практических занятий	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Итого по семестру часов				48
<i>Итого по дисциплине часов:</i>				48

4.3. Самостоятельная работа обучающихся

№ раздела	Вид самостоятельной работы обучающихся	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 9			
1	Проведение психологического исследования с использованием методов когнитивно-поведенческой психотерапии. Работа с симптомами и мишенями в болезни.	4	Собеседование
	Написание реферата	12	Защита реферата
	Подготовка к семинарским занятиям	8	Устный опрос
	Подготовка к текущему контролю	8	Устный опрос
2	Подготовка к семинарским занятиям	8	Устный опрос
	Подготовка к текущему контролю	4	Устный опрос
Итого по семестру часов			44
<i>Итого по дисциплине часов:</i>			44

Темы рефератов

1. Когнитивные исследования Д. Келли как предпосылка КБТ.
2. КБТ как развитие идей экзистенциально-гуманистического направления.
3. Ценности рационально-эмоциональной терапии А.Эллиса
4. Основные принципы и методы РЭТ
5. Техники РЭТ. Интерпретация.
6. Определение когнитивной терапии.
7. Когнитивная модель депрессии. А. Бека
8. Требования к когнитивному терапевту.
9. Роль эмоций в когнитивной терапии А. Бека.
10. Терапевтические отношения в Когнитивной терапии А. Бека (базовое доверие, раппорт).
11. Основные стадии терапевтического сотрудничества в когнитивной терапии

- А. Бека.
12. Структура терапевтического интервью в когнитивной терапии А. Бека.
 13. Стратегия терапии в когнитивной терапии А. Бека.
 14. Техники когнитивной терапии А. Бека.
 15. Домашние задания как часть когнитивной терапии А. Бека.
 16. Основные конструкторы подхода Д. Крамбольца.
 17. Основные техники Д. Крамбольца.
 18. Классификация правил и убеждений Д. Крамбольца.
 19. Завершение терапии Д. Крамбольца.
 20. Пятишаговая модель. Модель когнитивного профессионального консультирования Д. Крамбольца.
 21. Важность поведения как принцип когнитивно-бихевиоральной терапии Д. Мичебаума.
 22. Точное указание моделей поведения в КБТ Д. Мичебаума

V. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (в фонде оценочных средств)

VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Печатные издания.

1. Першина, Л.А. Общая психология : учебное пособие / Л.А. Першина. – Москва : Академический Проект, 2020. – 448 с. ("Gaudeamus") – ISBN 978-5-8291-2815-9. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
2. Мелехин, А.И. Когнитивно-поведенческая психотерапия расстройств сна : практическое руководство / А.И. Мелехин. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 496 с. – ISBN 978-5-9704-5505-0. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
3. Калина, Н.Ф. Психотерапия : учебник / Н.Ф. Калина. – Москва : Академический Проект, 2017. – 302 с. (Gaudeamus) – ISBN 978-5-8291-2004-7. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
4. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии : учебник / С.Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2021. – 705, [6] с. – ISBN 978-5-4461-1063-6
5. Фрондзей, С.Н. Общая психология : учебное пособие / С.Н. Фрондзей. – Ростов-на-Дону : ЮФУ, 2019. – 100 с. - ISBN 978-5-9275-3288-9. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
6. Немов, Р.С. Общая психология. В 2 ч. Ч. I. : учебник / Р.С. Немов, Е.С. Романова. - Москва : ВЛАДОС, 2021. – 528 с. – ISBN 978-5-00136-179-4. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный

6.2. Интернет-ресурсы

	ЭЛЕКТОРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ	Доступ к ресурсу
	Электронная библиотека РостГМУ. – URL: http://109.195.230.156:9080/opacg/	Доступ неограничен
	Консультант студента [Комплекты: «Медицина. Здравоохранение. ВО»; «Медицина. Здравоохранение. СПО»; «Психологические науки»] : Электронная библиотечная система. – Москва : ООО «Политехресурс». - URL: https://www.studentlibrary.ru + возможности для инклюзивного образования	Доступ неограничен

	<p>Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : Электронная библиотечная система. – Москва : ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением. Комплексный медицинский консалтинг». - URL: http://www.rosmedlib.ru + возможности для инклюзивного образования</p>	<p>Доступ неограничен</p>
	<p>Научная электронная библиотека eLIBRARY. - URL: http://elibrary.ru</p>	<p>Открытый доступ</p>
	<p>Национальная электронная библиотека. - URL: http://нэб.пф/</p>	<p>Доступ с компьютеров библиотеки</p>
	<p>БД издательства Springer Nature. - URL: https://link.springer.com/ по IP-адресам РостГМУ и удалённо после регистрации, удалённо через КИАС РФФИ https://kias.rfbr.ru/reg/index.php (Нацпроект)</p>	<p>Доступ неограничен</p>
	<p>Wiley Online Library / John Wiley & Sons. - URL: http://onlinelibrary.wiley.com по IP-адресам РостГМУ и удалённо после регистрации (Нацпроект)</p>	<p>Доступ ограничен</p>
	<p>Wiley. Полнотекстовая коллекция электронных журналов Medical Sciences Journal Backfile : архив. – URL : https://onlinelibrary.wiley.com/ по IP-адресам РостГМУ и удалённо после регистрации (Нацпроект)</p>	<p>Бессрочная подписка</p>
	<p>Sage Publication : [полнотекстовая коллекция электронных книг eBook Collections]. – URL: https://sk.sagepub.com/books/discipline по IP-адресам РостГМУ (Нацпроект)</p>	<p>Бессрочная подписка</p>
	<p>Wiley : офиц. сайт; раздел «Open Access» / John Wiley & Sons. – URL: https://authorservices.wiley.com/open-research/open-access/browse-journals.html</p>	<p>Контент открытого доступа</p>
	<p>Российское образование. Единое окно доступа : федеральный портал. - URL: http://www.edu.ru/. – Новая образовательная среда.</p>	<p>Открытый доступ</p>
	<p>Федеральный центр электронных образовательных ресурсов. - URL: http://srtv.fcior.edu.ru/</p>	<p>Открытый доступ</p>
	<p>Cochrane Library : офиц. сайт ; раздел «Open Access». - URL: https://cochranelibrary.com/about/open-access</p>	<p>Контент открытого доступа</p>
	<p>Кокрейн Россия : российское отделение Кокрановского сотрудничества / РМАНПО. – URL: https://russia.cochrane.org/</p>	<p>Контент открытого доступа</p>
	<p>Cyberleninka Open Science Hub : открытая научная электронная библиотека публикаций на иностранных языках. – URL: https://cyberleninka.org/</p>	<p>Контент открытого доступа</p>
	<p>Научное наследие России : электронная библиотека / МСЦ РАН. - URL: http://www.e-heritage.ru/</p>	<p>Открытый доступ</p>
	<p>КООБ.ru : электронная библиотека книг по медицинской психологии. - URL: http://www.koob.ru/medical_psychology/</p>	<p>Открытый доступ</p>
	<p>Президентская библиотека : сайт. - URL: https://www.prlib.ru/collections</p>	<p>Открытый доступ</p>
	<p>SAGE Openaccess : ресурсы открытого доступа / Sage Publications. – URL: https://uk.sagepub.com/en-gb/eur/open-access-at-sage</p>	<p>Контент открытого доступа</p>
	<p>EBSCO & Open Access : ресурсы открытого доступа. – URL: https://www.ebsco.com/open-access</p>	<p>Контент открытого доступа</p>
	<p>ScienceDirect : офиц. сайт; раздел «Open Access» / Elsevier. - URL: https://www.elsevier.com/open-access/open-access-journals</p>	<p>Контент открытого доступа</p>

Karger Open Access : журналы открытого доступа / S. Karger AG. – URL: https://www.karger.com/OpenAccess/AllJournals/Index	Контент открытого доступа
Архив научных журналов / НП НЭИКОН. - URL: https://arch.neicon.ru/xmlui/	Открытый доступ
International Scientific Publications. – URL: http://www.scientific-publications.net/ru/	Открытый доступ
Эко-Вектор : портал научных журналов / IT-платформа российской ГК «ЭКО-Вектор». - URL: http://journals.eco-vector.com/	Открытый доступ
Всемирная организация здравоохранения : офиц. сайт. - URL: http://who.int/ru/	Открытый доступ
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации : офиц. сайт. - URL: http://minobrnauki.gov.ru/ (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
Словари и энциклопедии на Академике. - URL: http://dic.academic.ru/	Открытый доступ

6.3. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При изучении данной дисциплины студенты выполняют различные виды самостоятельной работы: подготовка к семинарским занятиям, подготовка работы по реферированию первоисточника и подготовка к тестированию.

Знакомство с дисциплиной происходит на первой лекции, где от студента требуется внимание и самостоятельное оформление конспекта. При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время.

Реферат – письменный доклад по определенной теме, в котором собрана информация из одного или нескольких источников. Рефераты пишутся стандартным языком, с использованием типологизированных речевых оборотов вроде: «важное значение имеет», «уделяется особое внимание», «поднимается вопрос», «делаем следующие выводы», «исследуемая проблема», «освещаемый вопрос» и т.п. К языковым и стилистическим особенностям рефератов относятся слова и обороты речи, носящие обобщающий характер, словесные клише. У рефератов особая логичность подачи материала и изъяснения мысли, определенная объективность изложения материала. Реферат не копирует дословно содержание первоисточника, а представляет собой новый вторичный текст, создаваемый в результате систематизации и обобщения материала первоисточника, его аналитико-синтетической переработки. Будучи вторичным текстом, реферат составляется в соответствии со всеми требованиями, предъявляемыми к связанному высказыванию: так ему присущи следующие категории: оптимальное соотношение и завершенность (смысловая и жанрово-композиционная). Для реферата отбирается информация, объективно-ценная для всех читающих, а не только для одного автора. Автор реферата не может пользоваться только ему понятными значками, пометами, сокращениями. Работа, проводимая автором для подготовки реферата должна обязательно включать самостоятельное мини-исследование, осуществляемое студентом на материале или художественных текстов по литературе, или архивных первоисточников по истории и т.п. Организация и описание исследования представляет собой очень сложный вид интеллектуальной деятельности, требующий культуры научного мышления, знания методики проведения исследования, навыков оформления научного труда и т.д. Мини-исследование раскрывается в реферате после глубокого, полного обзора научной литературы по проблеме исследования.

Работа выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; левое – 3; правое – 1,5. Отступ первой

строки абзаца – 1,25. Сноски постраничные (шрифт 12), их нумерация должна быть сквозной по всему тексту реферата. Нумерация страниц должна быть сквозной (номер не ставится на титульном листе, но в общем количестве страниц учитывается). Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы, их нумерация должна быть сквозной по всему реферату. Они все должны иметь название.

Объем реферата должен составлять 17-22 страниц компьютерного текста, не считая приложений.

Структура реферата:

1. Титульный лист - 1 страница;
2. Оглавление - 1 страница;
3. Введение – 2-3 страницы;
4. Основная часть – 10-12 страниц;
5. Заключение - 2-3 страницы;
6. Список использованной литературы -1-2 страницы;
7. Приложения.

Некоторые рефераты могут содержать приложения. Однако это необязательная часть работы, и в общем объеме её не учитывают.

Для прохождения **тестирования** студентам предлагаются вопросы с вариантами ответов (закрытые) и/или открытые вопросы. Тестирование является текущей формой проверки знаний. При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо: а) готовясь к тестированию, проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы; б) четко выяснить все условия тестирования заранее.

При выполнении всех форм самостоятельной работы студенты пользуются литературой, указанной в списке, интернет источниками и ЭБС Консультант студента. Самостоятельная работа направлена на овладение обучающимися фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками, умениями работы с литературными источниками, практического решения задач, на развитие логического мышления, творческой активности, исследовательского подхода в освоении учебного материала, развитие познавательных способностей.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения.

Если в литературе встречаются разные точки зрения по тому или иному вопросу из-за сложности прошедших событий и правовых явлений, нельзя их отвергать, не разобравшись. При наличии расхождений между авторами необходимо найти рациональное зерно у каждого из них, что позволит глубже усвоить предмет изучения и более критично оценивать изучаемые вопросы. Знакомясь с особыми позициями авторов, нужно определять их схожие суждения, аргументы, выводы, а затем сравнивать их между собой и применять из них ту, которая более убедительна.

Следующим этапом работы с литературными источниками является создание конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Можно делать записи на отдельных листах, которые потом легко систематизировать по отдельным темам изучаемого курса. Другой способ – это ведение тематических тетрадей-конспектов по одной какой-либо теме.

Результаты выполнения самостоятельной работы представляются студентами во время аудиторных занятий, проверяются и оцениваются преподавателем в ходе текущего (рубежного, итогового) контроля – в соответствии с учебным планом.

В целом самостоятельная работа обучающихся при изучении курса, независимо от формы обучения это:

- усвоение содержания материала занятий на базе рекомендованной основной учебной дополнительной литературы;

- изучение учебной, научной, методической, справочной литературы, в том числе с привлечением электронных средств информации;
- составление различных видов записей прочитанного: конспектирование, аннотирование, реферирование;
- подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции;
- выполнение индивидуальных заданий по различным разделам содержания учебной дисциплины.