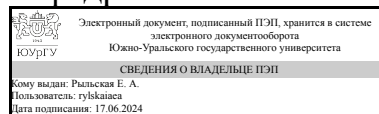


ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий выпускающей
кафедрой



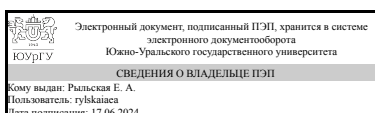
Е. А. Рыльская

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**дисциплины 1.Ф.М0.01 Практикум по когнитивно-поведенческому консультированию
для направления 37.04.01 Психология
уровень Магистратура
магистерская программа Психологическое консультирование
форма обучения очная
кафедра-разработчик Психология управления и служебной деятельности**

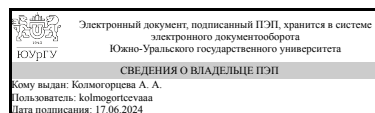
Рабочая программа составлена в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утверждённым приказом Минобрнауки от 29.07.2020 № 841

Зав.кафедрой разработчика,
д.психол.н., доц.



Е. А. Рыльская

Разработчик программы,
к.психол.н., доцент



А. А. Колмогорова

1. Цели и задачи дисциплины

Цель - ознакомить студентов с основными теоретическими и практическими принципами консультативной работы в формате когнитивно-поведенческого подхода. Основные задачи дисциплины: Ознакомить с основными понятиями, направлениями, особенностями, возможностями и ограничениями данного терапевтического метода; Сформировать представления о разных уровнях проблем и механизмов психических нарушений в контексте когнитивно-поведенческой парадигмы; Формирование практического навыка работы в данном методе, что включает обучение основным техникам и методам работы, разбор клиентских случаев, при необходимости проведение супервизий; Повышение компетенции студентов в вопросах психологического консультирования и психотерапии; Мотивация студентов к последующему углубленному изучению данного направления и профессиональному развитию как психолога консультанта.

Краткое содержание дисциплины

Дисциплина «Практикум по когнитивно-поведенческому консультированию» раскрывает концептуальные положения поведенческого и когнитивного подхода в консультировании, модели когнитивно-поведенческого подхода в консультировании, ведущие психотехнологии, разработанные в рамках классического, оперантного, социального бихевиоризма, в положениях рационально-эмотивной терапии А.Эллиса и когнитивной терапии А.Бека.

2. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины

Планируемые результаты освоения ОП ВО (компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-6 Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	Знает: теоретический материал по дисциплине, историю и основные теории КПТ; методы отбора и систематизации знаний, практическое применение полученных знаний критерии самооценивания; основные теоретические положения КПТ; основные направления КПТ Умеет: ставить цели и планировать деятельность, использовать полученные знания для самооценки собственного потенциала, осуществлять самостоятельный поиск необходимых ресурсов для реализации творческого потенциала Имеет практический опыт: самодиагностики и рефлексии; в применении методов, в том числе КПТ необходимых для осуществления продуктивной деятельности
ПК-2 Способен к проведению мероприятий по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов	Знает: специфику когнитивно-поведенческого (КП) подхода в консультировании и варианты его модификации; модели КП подходов; методологические основы когнитивного и поведенческого подходов в консультировании; цели и задачи психотерапии; этапы, методы и техники в когнитивной и поведенческой

	<p>психотерапии; специфику иррационального мышления и его влияние на эмоциональное состояние и поведение человека</p> <p>Умеет: дифференцировать когнитивно-поведенческий подход в консультировании с другими направлениями консультирования; устанавливать терапевтические отношения с клиентом в процессе консультации; проводить концептуализацию случая клиента; планировать реструктуризацию клиентского случая исходя из данных полученных в процессе консультирования.</p> <p>Имеет практический опыт: терапевтических отношения с клиентом в процессе консультации; в проведении концептуализации случая клиента; планировании реструктуризации клиентского случая исходя из данных полученных в процессе консультирования.</p>
--	---

3. Место дисциплины в структуре ОП ВО

Перечень предшествующих дисциплин, видов работ учебного плана	Перечень последующих дисциплин, видов работ
Нет	<p>Транзактный анализ,</p> <p>Психологическая коррекция,</p> <p>Психология кризисов,</p> <p>Групповая психотерапия и консультирование,</p> <p>Практикум по экзистенциальному и психологическому консультированию,</p> <p>Гештальт-подход в психологическом консультировании,</p> <p>Типологии личности в психологическом консультировании,</p> <p>Производственная практика (преддипломная) (4 семестр)</p>

Требования к «входным» знаниям, умениям, навыкам студента, необходимым при освоении данной дисциплины и приобретенным в результате освоения предшествующих дисциплин:

Нет

4. Объём и виды учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 з.е., 72 ч., 36,25 ч. контактной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Распределение по семестрам в часах
		Номер семестра
		2

Общая трудоёмкость дисциплины	72	72
<i>Аудиторные занятия:</i>	32	32
Лекции (Л)	0	0
Практические занятия, семинары и (или) другие виды аудиторных занятий (ПЗ)	32	32
Лабораторные работы (ЛР)	0	0
<i>Самостоятельная работа (СРС)</i>	35,75	35,75
Практические задания. Рационально-эмотивная психотерапия А.Эллиса. Выявить роль иррациональных мыслей по Эллису	9,75	9.75
Практическое задание. Отработка навыков применения техник "Оценка мыслей и эмоций", "Выявление автоматических мыслей", "Распознавание убеждений", "Ведение дневника мыслей"	6	6
Практические задания. Техники когнитивной психотерапии. Изучить специфику техник когнитивной психотерапии, привести примеры	10	10
Подготовка к семинару "Когнитивный подход в консультировании и психотерапии"	10	10
Консультации и промежуточная аттестация	4,25	4,25
Вид контроля (зачет, диф.зачет, экзамен)	-	зачет

5. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование разделов дисциплины	Объем аудиторных занятий по видам в часах			
		Всего	Л	ПЗ	ЛР
1	Основные теоретические положения когнитивно-поведенческого направления	16	0	16	0
2	Техники в когнитивно-поведенческой терапии	16	0	16	0

5.1. Лекции

Не предусмотрены

5.2. Практические занятия, семинары

№ занятия	№ раздела	Наименование или краткое содержание практического занятия, семинара	Кол-во часов
1-3	1	Введение в курс когнитивно-поведенческого направления в консультировании. Модели когнитивно-поведенческих подходов. Психологические и поведенческие проблемы в жизнедеятельности человека как следствие нарушений в когнитивной сфере.	6
4-6	1	Когнитивная психотерапия А. Бека. Когнитивные процессы как источник эмоциональных состояний. Модификация мыслей как основной способ изменения поведения и неадекватных эмоциональных состояний.	6
7-8	1	Когнитивные модели депрессивных и тревожных расстройств. Когнитивная триада депрессий: негативный взгляд на жизнь, негативный взгляд на будущее, негативный взгляд на себя.	4
9-10	2	Основные этапы и техники когнитивной терапии: когнитивно-аналитическое (Д.Келли), когнитивно-поведенческое (А.Бек, А. Эллис). Особенности когнитивной психотерапии	4
11-12	2	Анализ когнитивного и психоаналитического подходов. Когнитивная	4

		психотерапия как мост между бихевиоризмом и психоанализом. Интегративный характер когнитивной психотерапии. Краткосрочность и экономичность как преимущества когнитивной психотерапии.	
13-14	2	Поведенческие техники в психотерапии. Основная мишень психотерапевтической работы в бихевиоризме – обучение новым 4 адаптивным способам поведения или формирование угасания дезадаптивных поведенческих реакций. Основные направления в бихевиоральной психотерапии: классическое обуславливание Д. Уотсона, оперантное научение Б. Скиннера.	4
15-16	2	Показания к применению методов когнитивно-бихевиорального подходов в консультировании: способность клиента к интроспекции, рефлексии и ответственности, наличие когнитивных искажений, мотивация клиента, наличие достаточной воли к выздоровлению. Факторы, затрудняющие реализацию когнитивной терапии.	4

5.3. Лабораторные работы

Не предусмотрены

5.4. Самостоятельная работа студента

Выполнение СРС			
Подвид СРС	Список литературы (с указанием разделов, глав, страниц) / ссылка на ресурс	Семестр	Кол-во часов
Практические задания. Рационально-эмотивная психотерапия А. Эллиса. Выявить роль иррациональных мыслей по Эллису	Психотерапия [Текст] учебник для мед. вузов В. А. Абабков и др.; под ред. Б. Д. Карвасарского. - 3-е изд., доп. - СПб. и др.: Питер, 2008. - 672 с.	2	9,75
Практическое задание. Отработка навыков применения техник "Оценка мыслей и эмоций", "Выявление автоматических мыслей", "Распознавание убеждений", "Ведение дневника мыслей"	Кочюнас, Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия Учеб. пособие для вузов Р. Кочюнас. - 5-е изд. - М.: Академический проект: Гаудеамус, 2005	2	6
Практические задания. Техники когнитивной психотерапии. Изучить специфику техник когнитивной психотерапии, привести примеры	Ромек, В. Г. Поведенческая психотерапия Учеб. пособие для вузов по психологии В. Г. Ромек. - М.: Академия, 2002. - 191с.	2	10
Подготовка к семинару "Когнитивный подход в консультировании и психотерапии"	Ромек, В. Г. Поведенческая психотерапия Учеб. пособие для вузов по психологии В. Г. Ромек. - М.: Академия, 2002. - 191с.	2	10

6. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации

Контроль качества освоения образовательной программы осуществляется в соответствии с Положением о балльно-рейтинговой системе оценивания результатов учебной деятельности обучающихся.

6.1. Контрольные мероприятия (КМ)

№ КМ	Се-местр	Вид контроля	Название контрольного	Вес	Макс. балл	Порядок начисления баллов	Учи-тыва
------	----------	--------------	-----------------------	-----	------------	---------------------------	----------

			мероприятия				- ется в ПА
1	2	Текущий контроль	Практические задания. Рационально-эмотивная психотерапия А.Эллиса.	0,5	5	<p>5 баллов – студент дает глубокий анализ ситуации, приводит аргументированные пояснения ситуации, грамотно и логично предлагает возможные варианты решения проблемы;</p> <p>4 баллов – студент дает не достаточно глубокий научный анализ ситуации, но приводит грамотные ее объяснения, логично предлагает варианты решения проблемы;</p> <p>3 баллов – студент дает обоснованный анализ ситуации, но не достаточно полный, предлагает не достаточно обоснованный вариант ее решения.</p> <p>2 балла – при анализе практической ситуации студент не опирается на научное содержание, пытается ее объяснить лишь исходя из своих бытовых знаний, затрудняется предложить аргументированные варианты решения проблемы.</p> <p>1 балл – не понимает задания, не может анализировать ситуацию ситуации, студент не опирается на научное содержание;</p> <p>0 баллов – работа не выполнена</p>	зачет
2	2	Текущий контроль	Отработка навыков применения техник "Оценка мыслей и эмоций", "Выявление автоматических мыслей", "Распознавание убеждений", "Ведение дневника мыслей"	0,5	5	<p>5 баллов – студент дает глубокий анализ ситуации, приводит аргументированные пояснения ситуации, грамотно и логично предлагает возможные варианты решения проблемы;</p> <p>4 баллов – студент дает не достаточно глубокий научный анализ ситуации, но приводит грамотные ее объяснения, логично предлагает варианты решения проблемы;</p> <p>3 баллов – студент дает обоснованный анализ ситуации, но не достаточно полный, предлагает не достаточно обоснованный вариант ее решения.</p> <p>зачет</p> <p>2 балла – при анализе практической ситуации студент не опирается на научное содержание, пытается ее объяснить лишь исходя из своих бытовых знаний, затрудняется предложить аргументированные варианты решения проблемы.</p> <p>1 балл – не понимает задания, не</p>	зачет

						может анализировать ситуацию ситуации, студент не опирается на научное содержание; 0 баллов – работа не выполнена	
3	2	Текущий контроль	Техники когнитивной психотерапии.	1	5	5 баллов – студент дает глубокий анализ ситуации, приводит аргументированные пояснения ситуации, грамотно и логично предлагает возможные варианты решения проблемы; 4 баллов – студент дает не достаточно глубокий научный анализ ситуации, но приводит грамотные ее объяснения, логично предлагает варианты решения проблемы; 3 баллов – студент дает обоснованный анализ ситуации, но не достаточно полный, предлагает не достаточно обоснованный вариант ее решения. зачет 2 балла – при анализе практической ситуации студент не опирается на научное содержание, пытается ее объяснить лишь исходя из своих бытовых знаний, затрудняется предложить аргументированные варианты решения проблемы. 1 балл – не понимает задания, не может анализировать ситуацию ситуации, студент не опирается на научное содержание; 0 баллов – работа не выполнена	зачет
4	2	Промежуточная аттестация	Тест	-	20	Итоговый тест содержит 20 заданий по всем темам курса. Правильный ответ на вопрос соответствует 1 баллу. Неправильный ответ на вопрос соответствует 0 баллов.	зачет

6.2. Процедура проведения, критерии оценивания

Вид промежуточной аттестации	Процедура проведения	Критерии оценивания
зачет	Проведение мероприятия промежуточной аттестации не обязательно. На зачете мероприятии студент может повысить свой рейтинг. Зачтено: рейтинг обучающегося по дисциплине составляет 60% и более. Не зачтено: рейтинг обучающегося по дисциплине составляет менее 60%.	В соответствии с пп. 2.5, 2.6 Положения

6.3. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенции	Результаты обучения	№ КМ
-------------	---------------------	------

		1	2	3	4
УК-6	Знает: теоретический материал по дисциплине, историю и основные теории КПТ; методы отбора и систематизации знаний, практическое применение полученных знаний критерии самооценивания; основные теоретические положения КПТ; основные направления КПТ			++	
УК-6	Умеет: ставить цели и планировать деятельность, использовать полученные знания для самооценки собственного потенциала, осуществлять самостоятельный поиск необходимых ресурсов для реализации творческого потенциала			++	
УК-6	Имеет практический опыт: самодиагностики и рефлексии; в применении методов, в том числе КПТ необходимых для осуществления продуктивной деятельности			++	
ПК-2	Знает: специфику когнитивно-поведенческого (КП) подхода в консультировании и варианты его модификации; модели КП подходов; методологические основы когнитивного и поведенческого подходов в консультировании; цели и задачи психотерапии; этапы, методы и техники в когнитивной и поведенческой психотерапии; специфику иррационального мышления и его влияние на эмоциональное состояние и поведение человека	++	++	++	
ПК-2	Умеет: дифференцировать когнитивно-поведенческий подход в консультировании с другими направлениями консультирования; устанавливать терапевтические отношения с клиентом в процессе консультации; проводить концептуализацию случая клиента; планировать реструктуризацию клиентского случая исходя из данных полученных в процессе консультирования.	++	++	++	
ПК-2	Имеет практический опыт: терапевтических отношения с клиентом в процессе консультации; в проведении концептуализации случая клиента; планировании реструктуризации клиентского случая исходя из данных полученных в процессе консультирования.	++	++	++	

Типовые контрольные задания по каждому мероприятию находятся в приложениях.

7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Печатная учебно-методическая документация

а) основная литература:

1. Ромек В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е. И. Крукович. - СПб. : Речь, 2007. - 256 с. : ил.
2. Психотерапия : учебник для мед. вузов / В. А. Абабков и др.; под ред. Б. Д. Карвасарского. - 3-е изд., доп.. - СПб. и др. : Питер, 2008. - 672 с.
3. Пахальян В. Э. Психологическое консультирование : учеб. пособие для вузов по направлению и специальностям психологии / В. Э. Пахальян. - СПб. и др. : Питер, 2008. - 256 с. : ил.

б) дополнительная литература:

1. Ромек В. Г. Поведенческая психотерапия : Учеб. пособие для вузов по психологии / В. Г. Ромек. - М. : Академия, 2002. - 191, [1] с.

в) отечественные и зарубежные журналы по дисциплине, имеющиеся в библиотеке:

Не предусмотрены

г) методические указания для студентов по освоению дисциплины:

1. Лавринович, Т. М. Теории и методы психологического консультирования [Текст] метод. рекомендации Т. М. Лавринович ; Юж.-Урал. гос. ун-т, Каф. Психол. диагностика и консультирование ; ЮУрГУ. - Челябинск: Издательский Центр ЮУрГУ, 2013. - 27, [1] с. электрон. версия

из них: учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студента:

Электронная учебно-методическая документация

№	Вид литературы	Наименование ресурса в электронной форме	Библиографическое описание
1	Основная литература	Образовательная платформа Юрайт	Залевский, Г. В. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учебное пособие для вузов / Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11802-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. https://urait.ru/bcode/542863
2	Дополнительная литература	Образовательная платформа Юрайт	Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учебное пособие для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08880-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. https://urait.ru/bcode/541328

Перечень используемого программного обеспечения:

1. Microsoft-Windows(бессрочно)
2. Microsoft-Office(бессрочно)

Перечень используемых профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

Нет

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Вид занятий	№ ауд.	Основное оборудование, стенды, макеты, компьютерная техника, предустановленное программное обеспечение, используемое для различных видов занятий
Практические занятия и семинары	255 (2)	проектор, ноутбук, колонки