

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Бураченко Игорь Александрович  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 04.10.2024 13:43:21  
Уникальный идентификатор:  
691eebef920311be661648f97525a2a21a8356

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ И.И. БУДУЧЕНКО» МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

УТВЕРЖДАЮ  
Декан лечебного факультета  
д.м.н. О.Н. Красноруцкая  
02 апреля 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
«Введение в когнитивно-поведенческую терапию»**

для специальности **37.05.01 Клиническая психология**  
форма обучения **очная**  
факультет **лечебный**  
кафедра **психологии и поведенческой медицины**  
курс **5**  
семестр **А**  
практические занятия **48 часов**  
самостоятельная работа **51 час**  
экзамен **9 часов в А семестре**  
всего часов **108 часов (3Е)**

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования-специалитет по специальности 37.05.01 Клиническая психология, утвержденного Приказом Министра науки и высшего образования Федерации № 683 от 26.05.2020 г. (Далее – ФГОС ВО (3+ +)).

Рабочая программа по дисциплине «Основы работы с персоналом в организации» обсуждена на заседании кафедры Психологии и поведенческой медицины ФГБОУ ВО ВГМУ им. Н.Н. Бурденко 06.02.2024. (протокол №5).

Зав. кафедрой  
психологии и поведенческой медицины

Кудашова Е.А.

Рецензенты:

Доктор медицинских наук, профессор кафедры  
психиатрии с наркологией ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

С.Н. Подвигин

Кандидат педагогических наук, доцент,  
заведующий кафедрой педагогики и гуманитарных дисциплин  
ВГМУ им. Н.Н. Бурденко

И.Е. Плотникова

Программа одобрена на заседании ЦМК по координации преподавания специальности «Лечебное дело» от 02.04.2024 года, протокол №4

## 1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**Цель:** на основе знаний теоретических основ когнитивно-поведенческой психотерапии сформировать умения применять её базовые методы и техники.

**Задачи:**

1. Сформировать знания теоретических основ когнитивно-поведенческой психотерапии.
2. Сформировать умения разрабатывать концептуализацию случая пациента (клиента) в рамках когнитивно-поведенческого подхода.
3. Сформировать умения применять методы и техники когнитивно-поведенческой психотерапии.

## 2. МЕСТО УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВО

Учебная дисциплина «Введение в когнитивно-поведенческую терапию» относится к блоку базовой части образовательной программы высшего образования по направлению 37.05.01 «Клиническая психология»; изучается в А семестре.

1.1 Для успешного освоения настоящей дисциплины, необходимы следующие знания, умения и навыки (представленные в таблице):

№	Наименование дисциплины	Знания	Умения	Навыки
1	Общая психология	- определения фундаментальных психологических категорий сознания, поведения, бессознательного и деятельности;  - типология крупнейших психологических направлений и школ, их теоретический базис и основные эмпирические исследования;  - принципы активности, системности, развития, целостности, единства сознания и	- проводить критический анализ основных подходов к изучению психики,  - сопоставлять теоретический базис и результаты эмпирических исследований, полученных в рамках данного подхода.	- владение научным понятийным языком и критическим анализом теоретических подходов к изучению психики и сознания.

		<p>деятельности и их роли в формировании поведения и психики;</p> <p>- понятия субъекта, личности, индивида, индивидуальности и их соотношения.</p>		
2	Профессиональная этика клинического психолога	- базовые принципы профессиональной этики	- использовать этико-деонтологические принципы в профессиональной деятельности	- навыками решения вопросов, связанных с организационно-правовым и этическим регулированием профессиональной деятельности
3	Универсальные навыки в работе клинического психолога	- основные принципы системного и критического мышления	- критически анализировать полученную от клиента информацию	- навыками профессионального наблюдения - методами саморегуляции
4	Психологическое консультирование	<p>- теоретические основы психологического консультирования</p> <p>- основные понятия консультативной психологии</p> <p>- базовые принципы осуществления психологической помощи личности;</p> <p>- роль и место психолога в консультировании;</p>	<p>- выстраивать доверительные отношения с клиентом</p> <p>- применять этические и правовые принципы психологического консультирования</p>	- навыками поддержания контакта с клиентом

### 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

#### Знать:

- теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии;
- специфику и направленность при различных заболеваниях когнитивно-поведенческого подхода в работе с различными психологическими проблемами;
- организационно-практические аспекты когнитивно-поведенческой психотерапии в соответствии с потребностями психотерапии.

#### Уметь:

- проводить оценку индивидуального случая и его применяет приёмы и техники когнитивной концептуализации;
- составлять программы психологической помощи клиенту в рамках когнитивно-поведенческого подхода;
- использовать техники когнитивно-поведенческой психотерапии в психологической практике.

#### Владеть:

- навыками постановки целей когнитивно-поведенческой психотерапии для отдельного случая
- выявления и дифференциации автоматических мыслей;
- разработки копинг-карточек.

Номер компетенции	Краткое содержание и характеристика (обязательного) порогового уровня сформированности компетенций	Индекс достижения	Результаты образования
1	2	3	4
ОПК-6	Способен разрабатывать и реализовывать комплексные программы предоставления психологических услуг по индивидуальному, семейному и групповому психологическому консультированию и неврачебной психотерапии как виду профессиональной	ИД-3ОПК-6  Разрабатывает, реализует и экспертирует программы по неврачебной психотерапии	Знать:  особенности применения психологического консультирования при выявленных соматических заболеваниях с учетом течения, ремиссии, этапа лечения  Уметь:  разрабатывать и реализовывать комплексные программы неврачебной психотерапии с учетом

	деятельности клинического психолога		<p>наличия соматического заболевания пациента</p> <p>Владеть:</p> <p>практическим опытом (трудовыми действиями): навыками оценки состояния пациента по соматическому состоянию с целью реализации и проведения неврачебной психотерапии и экспертной оценки предоставляемой комплексной программы</p>
ПК-1	Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	<p>ИД-3 ПК-1</p> <p>Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам</p>	<p><b>Знать:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Конституцию Российской Федерации</li> <li>• Гражданское, семейное, трудовое, административное право в объеме, необходимом для профессиональной деятельности</li> <li>• Нормативно-правовые документы, регламентирующие профессиональную деятельность в сфере психологического консультирования</li> <li>• Требования по защите персональных данных при обработке информации</li> <li>• Основные понятия и положения общей психологии и психологии личности, возрастной</li> </ul>

			<p>психологии и психологии развития</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Основные понятия и положения социальной психологии</li> <li>• Основные понятия и положения психодиагностики</li> <li>• Основные понятия и положения психологии труда, организационной психологии и психологии управления</li> <li>• Основные понятия и положения клинической психологии и психологии зависимостей</li> <li>• Основные понятия и положения психологии семьи и семейных отношений, психологические проблемы современной семьи</li> <li>• Основные понятия и положения супервизионной деятельности психолога</li> <li>• Основные понятия и положения психологии управления конфликтами</li> <li>• Теорию процесса психологического консультирования и методы психологического консультирования</li> <li>• Принципы и</li> </ul>
--	--	--	---

			<p>приемы поддержания контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Требования, предъявляемые к условиям и особенностям проведения консультативной беседы</li> <li>• Приемы индивидуального, группового, семейного психологического консультирования и специфика их применения</li> <li>• Методы профилактики профессионального выгорания, предотвращения возникновения стресса</li> <li>• Условия возникновения, виды и негативные последствия психологических травм</li> <li>• Виды ограничений к применению методов психологического консультирования</li> <li>• Способы обеспечения психологической безопасности граждан, обратившихся за консультационной</li> </ul>
--	--	--	---



			<p>психологической помощью, и трудовых коллективов</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Приемы эффективного завершения программ психологического консультирования</li> <li>• Методы обработки информации (количественные и качественные), полученной в процессе психологического консультирования граждан и трудовых коллективов</li> <li>• Современные средства информационно-коммуникационных технологий и необходимые компьютерные программы</li> <li>• Правила и порядок ведения делопроизводства и ЭДО, порядок и сроки представления отчетности</li> </ul> <p><b>Уметь:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Использовать методы и приемы психологического консультирования в процессе оказания консультационной психологической консультационной помощи</li> </ul>
--	--	--	---

			<ul style="list-style-type: none"> <li>• Поддерживать контакт с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе работы</li> <li>• Соблюдать психологическую безопасность гражданина, обратившегося за получением консультационной психологической помощи, в процессе проведения мероприятий</li> <li>• Формировать у граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, мотивацию к достижению целей психологического консультирования</li> <li>• Анализировать результаты реализации мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам и трудовым коллективам</li> <li>• Корректировать программы мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам и трудовым</li> </ul>
--	--	--	--

			<p>коллективам в соответствии с промежуточными результатами</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Составлять профессиональные рекомендации в соответствии с целями психологического консультирования и запросами граждан, обратившихся за консультационной психологической помощью, и трудовых коллективов</li> <li>• Оказывать консультационную психологическую помощь гражданам в профессиональной ориентации, выборе индивидуальных путей профессионального развития, трудовой деятельности</li> <li>• Применять методы проектирования деятельности профессионала и методы ее оценки на основе критериев оптимальности</li> <li>• Оказывать консультационную психологическую помощь гражданам в профессиональной адаптации и</li> </ul>
--	--	--	---

			<p>социальной самореализации</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Применять методы саморегуляции психических состояний для преодоления дистресса</li> <li>• Обучать навыкам психологической саморегуляции психических состояний</li> <li>• Обучать поведению, предотвращающему у возникновение стресса</li> <li>• Осуществлять выход из мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи</li> <li>• Применять методы обработки информации (количественной и качественной), полученной в процессе реализации мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам и трудовым коллективам</li> <li>• Применять в работе компьютерные программы, информационно-коммуникационные технологии, системы онлайн-</li> </ul>
--	--	--	---

			<p>консультирования</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Вести документацию и служебную переписку в соответствии с требованиями локальных нормативных актов</li> </ul> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Навыками реализации программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи</li> <li>• Методами поддержания контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе психологического консультирования</li> <li>• Навыками оценка и обеспечения психологической безопасности граждан в процессе проведения мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи</li> <li>• Методами поддержания мотивации к достижению целей психологического консультирования у гражданина,</li> </ul>
--	--	--	--

			<p>обратившегося за консультационной психологической помощью</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Методами оказания консультационной психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс</li> <li>• Методами оказания консультационной психологической помощи гражданам в решении психологических проблем профессиональной ориентации и профессионального развития, сопровождение трудовой деятельности</li> <li>• Методами оказания консультационной психологической помощи руководителям трудовых коллективов в решении психологических проблем, возникающих в трудовых коллективах</li> <li>• Методами оценки промежуточных результатов реализации мероприятий по оказанию</li> </ul>
--	--	--	---

			<p>консультационной психологической помощи</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Навыками коррекции программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи в соответствии с полученными промежуточными результатами</li> <li>• Методами обработки информации, полученной в процессе проведения мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи</li> <li>• Навыками разработки профессиональных рекомендаций в соответствии с целями психологического консультирования и запросами граждан и трудовых коллективов, обратившихся за консультационной психологической помощью</li> </ul> <p>Навыками завершения программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам и</p>
--	--	--	--

			ТРУДОВЫМ КОЛЛЕКТИВАМ
--	--	--	----------------------



### 3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

3.1. Общая трудоёмкость дисциплины «Основы работы с персоналом в организации» составляет 3 зачётных единицы – 108 часов.

№ п/п 1	Раздел учебной дисциплины	Семестр	Неделя семестра		Виды учебной работы, включая самостоятельную работу обучающегося и трудоёмкость (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
					Лекции	Практ. занятия	Семинары	Самост. работа	Текущий контроль: тест, устный опрос, рейтинговый контроль
1	Теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии	А				48		51	Текущий контроль: тест, устный опрос, рейтинговый контроль
5	Экзамен	9							
	Итого: 108	9				48		51	

### 3.2 Лекции не предусмотрены учебным планом

### 3.3 Тематический план практических занятий

№	Тема	Цели и задачи	Содержание темы	Обучающийся должен знать	Обучающийся должен уметь	Часы
<b>1 Раздел. Теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии</b>						
1.	Теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии	- ознакомиться с историческим обзором классического научения (И.П. Павлов, Дж. Уотсон);	Три волны когнитивно-поведенческой психотерапии. Мифы о когнитивно-поведенческой психотерапии. Классическое научение (И.П. Павлов, Дж. Уотсон).	- предмет, объект, теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии	- определять задачи работы в когнитивно-поведенческой психотерапии	4
2.	Виды подкрепления.	- изучить концепцию самоэффективности;  - изучить принципы и задачи когнитивной психотерапии по Дж. Беку;	Научение по моделям (А. Бандура). Концепция самоэффективности. Когнитивная терапия А. Бека. Принципы и задачи когнитивной психотерапии по Дж. Бек. Схема ABC. Уровни мышления. Автоматические мысли и их характеристики.	-концепцию самоэффективности	устанавливать терапевтические отношения с клиентом в процессе консультации;	4
3.	Характеристики убеждений	-изучить концепцию оперантного научения;	Оперантное научение (Б. Скиннер). Промежуточные убеждения и их виды. Глубинные убеждения и их виды. Происхождение и характеристики	-основные характеристики убеждений	проводить концептуализацию случая клиента;	4

			глубинных убеждений. Когнитивные искажения. Иррациональные установки по А. Эллису. Этапы когнитивно-поведенческой психотерапии.			
4.	Структура психотерапевтической сессии.	-сформировать знания теоретических основ когнитивно-поведенческой психотерапии.	Терапевтический альянс. Требования к домашнему заданию. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия А. Эллиса. Когнитивно- поведенческая терапия, ориентированная на восстановление. Схема-терапия Дж. Янга.	-основные характеристики психотерапевтической сессии.	планировать реструктуризацию клиентского случая исходя из данных полученных в процессе консультирования.	4
5.	Когнитивная концептуализация случая.	-сформировать умения разрабатывать концептуализацию случая пациента (клиента) в рамках когнитивно-поведенческого подхода.	Психодиагностические методы и методики, применяемые в когнитивно-поведенческой психотерапии. Построение когнитивных карт (Р. МакМаллин).	-основные характеристики типологий личности	- определять психологический тип личности	4
6.	Когнитивно-поведенческие модели психических расстройств	-сформировать умения применять методы и техники когнитивно-поведенческой психотерапии при психических расстройствах	Диаграмма когнитивной коцептуализации по Дж. Бек. Когнитивно-поведенческие модели психических расстройств (депрессия, тревожное расстройство, паническое	-факторы, влияющие на психотерапию.	навыками планирования, организации и проведения психологической консультации с помощью КПТ.	4

			расстройство, обсессивно-компульсивное расстройство, посттравматическое стрессовое расстройство, социофобия, расстройства личности). Факторы, влияющие на психотерапию.			
7.	Когнитивные техники	- разобрать детерминанты когнитивных техник;	Техника АВС. Сократический диалог. Эмпирическая проверка. Реатрибуция. Децентрация. Работа с дихотомическим мышлением.	- особенности сократовского диалога	- использовать мотивационного интервью в работе с аддиктами.	4
8.	Техника работы с правилами.	-сформировать умения техники работы с правилами.	Декатастрофизация. Падающая стрела. Базовый перцептивный сдвиг. Ретроспективная оценка убеждений. Техники когнитивного расщепления	-основы работы с правилами.	- использовать основные направления КПТ третьей волны.	4
9.	Экспериментальные техники	-сформировать умения применять экспериментальные техники	Работа с образами в когнитивно-поведенческой психотерапии.	-основы работы с образами в когнитивно-поведенческой психотерапии.	- использовать экспериментальные техники	4
10	Рационально-эмоциональная игра.	- разобрать детерминанты рационально-эмоциональной игры;	Техника «Адвокат». Рескриптинг в воображении. Диалоги с использованием стульев. Практика написания писем.	-основы рационально-эмоциональной игры.	- использовать рационально-эмоциональную игру.	4
11	Поведенческие техники	- ознакомиться с общей	Систематическая	- общую	- использовать	4

.		характеристикой поведенческих техник;	десенсибилизация. Техника экспозиции. Поведенческие эксперименты. Техника пресыщения. Репетиция поведения. Скилл-терапия Мейхенбаума.	характеристику поведенческих техник;	поведенческие техники .	
12	Техники позитивного подкрепления.	-сформировать умения применять методы и техники позитивного подкрепления.	Техника угашения. Жетонная терапия. Прикладной анализ поведения (АВА-терапия). Техники поведенческой активации. Пути выхода из ситуации (Р. МакМаллин). Копинг-карточки. Техника пяти пальцев. Взламывание поведенческих паттернов. Нервно-мышечная релаксация по Джекобсону. Десенсибилизация посредством движения глаз (Ф. Шапиро).	Техники позитивного подкрепления.	- использовать в практической деятельности и профилактике зависимого поведения техники позитивного подкрепления.	4

### 3.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема				Часы
	Форма	Цель и задачи	Методическое и материально – техническое обеспечение	
5 курс А семестр – 48 часов				
1.Теоретические основы когнитивно-	✓ Проработка учебного материала (по	- ознакомиться с историческим обзором классического обучения	✓ Электронный учебно-методический комплекс в	4

поведенческой психотерапии	<p>конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Подготовка презентаций, рефератов</li> <li>✓ Подготовка устного сообщения или презентации по теме.</li> </ul>	(И.П. Павлов, Дж. Уотсон);	<p>системе Moodle по дисциплине.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	
2.Виды подкрепления.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Подготовка презентаций, рефератов</li> <li>✓ Подготовка устного сообщения или презентации по теме.</li> </ul>	<p>- изучить концепцию самозффективности;</p> <p>- изучить принципы и задачи когнитивной психотерапии по Дж. Беку;</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>методические указания для студентов.</li> </ul>	4
3.Характеристики убеждений	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и</li> </ul>	-изучить концепцию оперантного научения;	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> </ul>	4

	<p>подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Решение ситуационных задач.</li> <li>✓ Подготовка к тестированию.</li> </ul>		<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	
4. Структура психотерапевтической сессии.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Решение ситуационных задач.</li> <li>✓ Подготовка презентаций, рефератов.</li> <li>✓ Подготовка к тестированию.</li> </ul>	-сформировать знания теоретических основ когнитивно-поведенческой психотерапии.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	4
5. Когнитивная концептуализация случая.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в</li> </ul>	-сформировать умения разрабатывать концептуализацию случая пациента (клиента) в рамках когнитивно-поведенческого подхода.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	4

	<p>тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации.</li> </ul>			
6.Когнитивно-поведенческие модели психических расстройств	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Подготовка к тестированию.</li> </ul>	-сформировать умения применять методы и техники когнитивно-поведенческой психотерапии при психических расстройствах	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	4
7.Когнитивные техники	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников</li> </ul>	- разобрать детерминанты когнитивных техник;	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	4



	<p>информации</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой</li> </ul>			
8. Техника работы с правилами.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации.</li> <li>✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой</li> </ul>	-сформировать умения техники работы с правилами.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	4
9. Экспериментальные техники	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Поиск и обзор научных</li> </ul>	-сформировать умения применять экспериментальные техники	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	5

	<p>публикаций и электронных источников информации.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой</li> </ul>			
10. Рационально-эмоциональная игра.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации.</li> <li>✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой</li> </ul>	- разобрать детерминанты рационально-эмоциональной игры;	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	5
11. Поведенческие техники	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в</li> </ul>	- ознакомиться с общей характеристикой поведенческих техник;	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	5

	<p>тематических дискуссиях.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации.</li> <li>✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой</li> </ul>			
12. Техники позитивного подкрепления.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Проработка учебного материала (по конспектам лекций, учебной и научной литературе) и подготовка докладов на практических занятиях к участию в тематических дискуссиях.</li> <li>✓ Поиск и обзор научных публикаций и электронных источников информации.</li> <li>✓ Работа с нормативными документами и законодательной базой</li> </ul>	-сформировать умения применять методы и техники техники позитивного подкрепления.	<ul style="list-style-type: none"> <li>✓ Электронный учебно-методический комплекс в системе Moodle по дисциплине.</li> <li>✓ основная и дополнительная литература;</li> <li>✓ интернет ресурсы;</li> <li>✓ методические указания для студентов.</li> </ul>	4

### 3.5 Матрица соотнесения тем/ разделов учебной дисциплины (модуля) и формируемых в них ОК, ОПК и ПК

Темы/разделы дисциплины	Количество часов	1	2	Общее кол-во компетенций (Σ)

Раздел 1	48			
Тема 1	4	+	+	2
Тема 2	4	+	+	2
Тема 3	4	+	+	2
Тема 4	4	+	+	2
Тема 5	4	+	+	2
Тема 6	4	+	+	2
Тема 7	4	+	+	2
Тема 8	4	+	+	2
Тема 9	4	+	+	2
Тема 10	4	+	+	2
Тема 11	4	+	+	2
Тема 12	4	+	+	2
Зачет		+	+	2
Итого	92	13	13	26

#### **4. Образовательные технологии**

В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе: технологии деятельностного и диалогового обучения; технологии электронного и дистанционного обучения (платформа Moodle); технологии комплексной оценки знаний (балльно-рейтинговая система оценки знаний обучающихся).

#### **Формы, способы и методы обучения, используемые в образовательных технологиях по циклу «Введение в когнитивно-поведенческую терапию»**

относятся: традиционная лекция, лекция-визуализация, проблемная лекция, проблемная дискуссия, собеседование по контрольным вопросам, устный опрос, написание и защита реферата, разбор клинических случаев, решение ситуационных задач, тестирование, подготовка к исходному, текущему, промежуточному контролю, участие в научно-практических конференциях, учебно-исследовательская работа студентов.

#### **5. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «Введение в когнитивно-поведенческую терапию»**

**Коды компетенций, проверяемых с помощью оценочных средств:** ИД-1УК-1; ИД-3УК-1; ИД-3ОПК-6; ИД-3ПК-1

#### **Примеры реферативных сообщений**

1. Три волны когнитивно-поведенческой психотерапии.
2. Классическое научение (И.П. Павлов, Дж. Уотсон).
3. Оперантное научение (Б. Скиннер).
4. Подкрепление. Виды подкрепления.
5. Научение по моделям (А. Бандура).
6. Концепция самоэффективности (А. Бандура).
7. Когнитивная терапия А. Бека.
8. Принципы и задачи когнитивной психотерапии по Дж. Бек.
9. Схема АВС и возможности её практического применения.
10. Представления об уровнях мышления в когнитивной психотерапии.

#### **Пример тестовых заданий для проведения текущего контроля успеваемости**

1. Аффирмация или акцентуация позитивного как один из навыков клиентоцентрированного консультирования представляет собой
  - 1) демонстрацию понимания, какой смысл человек вкладывает в свои слова;
  - 2) осознание связи между негативными эмоциями и усилением симптоматики;
  - 3) **умение увидеть и признать то, что в человеке есть хорошего, включая имплицитно данную ценность личности;**
  - 4) умение задавать открытые вопросы.
2. Биологической основой терапии поведенческой экспозиции являются
  - 1) повторяющаяся тренировка саморегуляции с биологической обратной связью;
  - 2) стимуляция головного мозга световыми, звуковыми импульсами определенной частоты;
  - 3) **контекстуализация травматических переживаний;**
  - 4) **процессы реконсолидации памяти;**
  - 5) когнитивная блокада формирования устойчивых негативных воспоминаний с помощью конкурирующей интеллектуальной задачи.
3. В процессе экспозиционной терапии необходимо
  - 1) жестко придерживаться протокола;
  - 2) **ориентироваться на физические и эмоциональные реакции пациента;**

- 3) комментировать рассказ пациента, вынося собственные суждения о происходящем;
- 4) признать смелость клиента при столкновении с сильными негативными переживаниями.**
4. В работе с пациентами, имеющими укоренившиеся убеждения о своей ответственности и избыточной вины за события в прошлом и настоящем, в которых участвовали и другие люди (обстоятельства) может быть рекомендована техника, отвечающая духу сократического диалога
- 1) пустой стул;
  - 2) поведенческий эксперимент;
  - 3) декатастрофизации;
  - 4) заземления;
- 5) распределение или «пирог» ответственности.**
5. В риске возникновения и формирования проявления расстройств адаптации, помимо стрессового события, важную роль играет
- 1) наследственная предрасположенность;
  - 2) пол;
- 3) индивидуальная предрасположенность или уязвимость;**
- 4) возраст.
6. В соответствии с критериями МКБ-10 максимальная продолжительность острой реакции на стресс составляет
- 1) 14 дней;
  - 2) 6-12 часов;
- 3) трое суток;**
- 4) сутки.
7. В соответствии с критериями МКБ-10, симптомы посттравматического стрессового расстройства возникают обычно в течение ... месяцев от стрессового воздействия
- 1) двух;
  - 2) шести;**
  - 3) двенадцати;
  - 4) трех.
8. Вина выжившего
- 1) вина, которую человек испытывает за то, что выжил, в то время как другие не смогли выжить;**
- 2) чувство сильного смущения от сознания предосудительности поступка;
  - 3) ошибочное, несоответствующее, неправильное отражение предметов и явлений в сознании человека;
  - 4) состояние, возникающее в результате реального или предполагаемого нарушения моральных, общепринятых или личных норм и стандартов.
9. Во время сессий экспозиционной терапии применение приемов релаксации
- 1) противопоказано;
  - 2) должно следовать за каждым экспозиционным испытанием;**
  - 3) может способствовать усилению тревоги;
  - 4) способствует сопротивлению пациенту.
10. Выберите формулировку цели терапии, которая не соответствует критериям «желательности, реалистичности и достижимости»
- 1) «по завершению терапии я буду ходить каждый день через парк, где люди гуляют с собаками»;
  - 2) «по завершению терапии я смогу настолько управлять приступами паники, что буду ходить на работу каждый день»;
  - 3) «по завершению терапии я смогу остаться ночью дома одна»;
  - 4) «по завершению терапии я никогда не буду больше беспокоиться».**

### Пример контрольных вопросов для проведения текущего контроля

1. Автоматические мысли и их характеристики.
2. Промежуточные убеждения и их виды.
3. Глубинные убеждения и виды, характеристики и происхождение.
4. Происхождение и характеристики глубинных убеждений.
5. Когнитивные искажения и их виды.
6. Иррациональные установки по А. Эллису.
7. Этапы когнитивно-поведенческой психотерапии.
8. Структура психотерапевтической КПТ-сессии.
9. Терапевтический альянс и принцип сотрудничества в когнитивно-поведенческой психотерапии.
10. Домашние задания и требования к ним в когнитивно-поведенческой психотерапии.
11. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия А. Эллиса.
12. Когнитивно-поведенческая терапия, ориентированная на восстановление.
13. Схема-терапия Дж. Янга.

## Пример ситуационной задачи

### Ситуационная задача №1:

Составьте концептуализацию случая в виде диаграммы когнитивной концептуализации (по Бек Дж.), включающей следующие пункты:

- важные события детства;
- глубинные убеждения;
- промежуточные убеждения (оценки, правила, предположения);
- копинг-стратегии;
- ситуации;
- автоматические мысли;
- значение автоматических мыслей;
- эмоции;
- поведение.

Ответ 1: Михаилу 45 лет. Он женат и имеет двоих сыновей. Работает таксистом. Несколько месяцев назад у него стали возникать продолжительные тревожные состояния, вызывающие бессонницу, апатию, замкнутость. Михаил обращался к врачам, но те не обнаружили у него серьёзной патологии, могущей так повлиять на него. По совету жены он обратился к психологу. В ходе психологической консультации выяснилось, что в последнее время в его жизни произошло много стрессогенных событий: год назад он переехал в столицу, где купил квартиру с большой ипотекой, полгода назад у него умерла мать, несколько месяцев назад отчислили из университета сына, в настоящее время его доходы немного снизились, хотя он вполне может оплачивать счета. Михаил рассказал, что всю жизнь он был очень ответственным человеком и привык держать всё под контролем. В детстве у него не было отца, и он был вынужден нести постоянную ответственность за младших братьев, вести домашнее хозяйство. К этим трудностям добавлялись насмешки одноклассников в школе, которые научили Михаила защищаться и быть всегда начеку. Сейчас ему кажется, что он не справляется с возложенными на него обязанностями и испытывает непреодолимое чувство надвигающейся финансовой катастрофы.

## Научно-исследовательская работа.

Научно-исследовательская работа на кафедре осуществляется в рамках студенческого научного кружка и предоставляет студентам:

- ✓ изучать специальную литературу и другую научно-медицинскую информацию о современных достижениях отечественной и зарубежной медицины;
- ✓ участвовать в проведении научных исследований кафедры;
- ✓ осуществлять сбор, обработку, анализ и систематизацию научно-медицинской информации по выбранной теме;
- ✓ составлять отчеты (разделы отчета) по теме или ее разделу (этапу, заданию);
- ✓ опубликовать результаты, проведенного исследования;
- ✓ выступить с докладом на научной конференции студентов и молодых ученых.

В процессе выполнения научно-исследовательской работы и оценки ее результатов проводится широкое обсуждение ее на заседаниях кафедры, научных конференциях, позволяющее оценить уровень компетенций, сформированных у обучающегося, связанных с формированием профессионального мировоззрения и готовностью к анализу и публичному представлению медицинской информации на основе доказательной медицины.

## Примеры вопросов для промежуточной аттестации (экзамен) по итогам освоения дисциплины «Введение в когнитивно-поведенческую терапию»:

- 1 Три волны когнитивно-поведенческой психотерапии.
- 2 Классическое научение (И.П. Павлов, Дж. Уотсон).
- 3 Оперантное научение (Б. Скиннер). Виды подкрепления.
- 4 Научение по моделям (А. Бандура). Концепция самоэффективности.
- 5 Когнитивная терапия А. Бека.

- 6 Принципы и задачи когнитивной психотерапии по Дж. Бек.
- 7 Схема ABC. Техника «заполнения пустот».
- 8 Уровни мышления в когнитивно-поведенческой психотерапии.
- 9 Автоматические мысли и их характеристики.
- 10 Промежуточные убеждения и их виды.
- 11 Глубинные убеждения и их виды.
- 12 Происхождение и характеристики глубинных убеждений.
- 13 Когнитивные искажения.
- 14 Иррациональные установки по А. Эллису.
- 15 Этапы когнитивно-поведенческой психотерапии.

**Пример экзаменационного билета для проведения промежуточной аттестации**

**БИЛЕТ № 1**

- 1. Автоматические мысли и их характеристики.
- 2. Классическое научение (И.П. Павлов, Дж. Уотсон).
- 3. Дайте ответы на вопросы ситуационной задачи.

**Примеры ситуационных задач для проведения промежуточной аттестации**

**Ситуационная задача к билету №1**

В нашей стране существует система учреждений практического использования психологии, таких как диагностические и экспертные учреждения, консультационные структуры в сфере руководства, транспорта, образования, здравоохранения, спорта, профконсультации и профориентации, правовой регуляции.

Вопрос: дайте общее название данной системе учреждений, какой вид помощи осуществляет?

Ответ: данная система учреждений – это психологическая служба, осуществляется психологическая помощь – психологическое консультирование и неврачебная психотерапия.

Родители могут вносить предложения в индивидуальную образовательную программу. Нужно объяснить им, что они не должны это делать спонтанно. Ребенок должен развиваться. Изменения можно вносить при соответствующем мониторинге образовательного маршрута специалистами. Классный руководитель должен обратиться за помощью, специалисты которой должны проводить систематический мониторинг и, если нужно, коррекцию образовательной программы. Специалисты должны следить за динамикой развития ребенка. Руководитель ОУ несет ответственность за содержание и выполнение образовательного маршрута. Контролировать коррекционно - педагогический процесс, следить за эффективностью выполнения коррекционных программ.

**Оценка сформированности компетенций студента (уровня освоения дисциплины) на зачете осуществляется на основе балльно-рейтинговой системы оценки при текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Введение в когнитивно-поведенческую терапию».**

**Критерии оценки сформированности компетенций студента (уровня освоения дисциплины) на зачете осуществляется на основе балльно-рейтинговой структуры оценки при текущей и промежуточной аттестации по дисциплине «Введение в когнитивно-поведенческую терапию».**

Расчет знаний рейтинга студентов разработан на основании положения о рейтинговой системе оценки знаний обучающихся в Воронежском государственном медицинском университете имени Н.Н. Бурденко (Приказ ректора № 825 от 29.10.2015))

Промежуточный рейтинг знаний обучающегося по дисциплине рассчитывается исходя из рейтинга до экзамена и рейтинга, полученного на экзамене:

$$R_{\text{пром}} = R_{\text{до экз}} * 0,6 + R_{\text{экз}} * 0,4$$

Вес оценки за промежуточную аттестацию определен 0,6 из расчета возможного количества баллов (60) за совокупный итог по дисциплине до промежуточной аттестации и 0,4 – для промежуточной аттестации (экзамена\зачета) из расчета 40 баллов.



В зачетную книжку выставляется оценка или отметка «зачет» за промежуточную аттестацию исходя из следующих рейтинговых баллов:

- 85 - 100 рейтинговых баллов – «отлично»;
- 84 - 70 рейтинговых баллов – «хорошо»;
- 55 - 69 рейтинговых баллов – «удовлетворительно»;
- менее 55 рейтинговых баллов – «неудовлетворительно».

#### **Расчет текущего рейтинга знаний обучающихся до промежуточной аттестации:**

Текущий рейтинг складывается из расчета фронтальной оценки знаний по «рейтинговым темам» с учетом веса темы и контроля посещаемости лекций (рейтинговая оценка лекций).

Перевод оценок пятибалльной шкалы в рейтинговые баллы при фронтальной оценки знаний по рейтинговым темам (процент достижения цели):

5-балльная	10-балльная	Процент достижения цели
5	10	100
5-	9	90
4	8	80
4-	7	70
3	6	60
3-	5	55
2	0	0

#### **Текущий рейтинг (Р до экз) по дисциплине «Основы работы с персоналом в организации»:**

$R_{\text{до экз}} = R_{\text{итог 1 семестр}} + R_{\text{итог 2 семестр}}$

$R_{\text{итог}} = \text{Итоговое занятие} * 0,5 + \text{защита проекта} * 0,4 + \text{посещаемость занятий} * 0,1$

#### **Промежуточный рейтинг (Р экз) по дисциплине «Основы работы с персоналом в организации»:**

$R_{\text{экз}} = R_{\text{тесты}} * 0,1 + R_{\text{ситуационная задача}} * 0,4 + R_{\text{собеседование}} * 0,5$

## **6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **а) литература:**

1. Кови, С. Семь навыков высокоэффективных людей : Мощные инструменты развития личности : Краткая версия / С. Кови; пер. с англ. - 5-е изд. - Москва : Альпина Паблишер, 2023. - 48 с. - ISBN 978-5-9614-6479-5. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785961464795.html> (дата обращения: 24.09.2024). - Режим доступа : по подписке.

2. Петрушин, С. В. Резонансное консультирование (консультант-центрированный подход) : учебное пособие / Петрушин С. В. - Москва : Академический Проект, 2020. - 158 с. (Психотерапевтические технологии) - ISBN 978-5-8291-2822-7. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829128227.html> (дата обращения: 26.09.2024). - Режим доступа : по подписке.

3. Хоуэллс, Л. Эмоции, которые нами управляют : Как не попасть в ловушки гнева, вины, печали. Когнитивно-поведенческий подход / Л. Хоуэллс. - Москва : Альпина Паблишер, 2023. - 342 с. - ISBN 978-5-9614-7746-7. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785961477467.html> (дата обращения: 24.09.2024). - Режим доступа : по подписке.

## **7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы:  
Лекционные аудитории главного корпуса ВГМУ (Воронежская область, г. Воронеж, ул. Кольцовская, д. 2):

1. Аудитория 1.

2. Аудитория 2.
3. ЦМА.

**Учебные аудитории ВГМУ по адресу: ул. 20 лет октября, 73**

1. Учебная аудитория (комната № 1)
2. Учебная аудитория (комната № 2)
3. Учебная аудитория (комната № 3)
4. Учебная аудитория (комната № 4)

**Для самостоятельной работы студентов помещения библиотеки ВГМУ:**

**2 читальных зала** (ВГМУ, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Студенческая, д. 10);

**1 зал электронных ресурсов** находится в электронной библиотеке (кабинет №5) в отделе научной библиографии и медицинской информации в ОНМБ: (ВГМУ, Воронежская область, г. Воронеж, ул. Студенческая, д. 10).

**Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы** Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающий тематические иллюстрации, соответствующие рабочей программе дисциплины – мультимедийный комплекс (ноутбук, проектор, экран); усилитель для микрофона, микрофон, доска учебная, учебные парты, стулья. Стол для преподавателей, стул для преподавателя. Набор демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающий тематические иллюстрации, соответствующие рабочим программам дисциплин – мультимедийный комплекс (ноутбук, телевизор).