

Министерство здравоохранения Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Северо-Западный государственный медицинский университет
имени И.И. Мечникова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

«Когнитивная психотерапия»

Специальность: 31.08.22 Психотерапия

Направленность: Психотерапия

2024

Подлинник электронного документа, подписанного ЭП, хранится в системе электронного документооборота ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России	
СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП	
Сертификат	11С08DD37C5678CF72030C7355B41753
Владелец	Сайганов Сергей Анатольевич
Действителен	с 22.10.2024 14:51:43 по 15.01.2026 14:51:43

Рабочая программа дисциплины «Когнитивно - поведенческая психотерапия» составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – по специальности 31.08.22 Психотерапия, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 16 октября 2023 г. № 982 «Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - подготовка кадров высшей квалификации по программам ординатуры по специальности 31.08.22 Психотерапия».

Составители рабочей программы дисциплины:

Бомов П.О., к.м.н., доцент, и.о. заведующего кафедрой психотерапии, медицинской психологии и сексологии ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России;
Зотова А.В., к. псх. н., доцент, доцент кафедры психотерапии, медицинской психологии и сексологии ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России;
Выходцев С.В., к.м.н., доцент кафедры психотерапии, медицинской психологии и сексологии ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России.

Рецензент:

Абриталин Е.Ю., д.м.н., профессор, заведующий кафедрой психиатрии и психотерапии с клиникой ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры психотерапии, медицинской психологии и сексологии

18 марта 2024 г., Протокол № 6

И.о. заведующего кафедрой _____ / Бомов П.О. /
(подпись)  (Ф.И.О.)

Одобрено Методической комиссией по основным профессиональным образовательным программам подготовки кадров высшей квалификации – программам ординатуры

19 марта 2024 г.

Председатель _____ / Остапенко В.М. /
(подпись)  (Ф.И.О.)

Рассмотрено Методическим советом и рекомендовано для утверждения на Ученом совете 21 марта 2024 г.

Председатель _____ / Артющкин С.А. /
(подпись)  (Ф.И.О.)

Дата обновления:

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цель освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
4. Объем дисциплины и виды учебной работы	4
5. Содержание дисциплины, структурир Целью освоения дисциплины «Основы психиатрии и психотерапии» является формирование компетенций обучающегося, ованное по разделам (темам) с указанием количества академических часов и видов учебных занятий	5
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	14
7. Оценочные материалы	14
8. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины	15
9. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем.....	16
10. Материально-техническое обеспечение дисциплины	19
Приложение А.....	21

1. Цель освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины «Когнитивная психотерапия» является формирование компетенций обучающегося, приобретение компетенций в области когнитивной психотерапии.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Когнитивная психотерапия» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины (модули)» основной профессиональной образовательной программы по специальности 31.08.22 Психотерапия, направленность: Психотерапия. Дисциплина является элективной.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПК-4. Готов к назначению лечения пациентам психиатрического профиля и контролю его эффективности и безопасности	ИД-1 ПК-4.1. Умеет разрабатывать план лечения психического расстройства или состояния с учетом диагноза, возраста и клинической картины в соответствии с действующими порядками оказания медицинской помощи, клиническими рекомендациями (протоколами лечения) по вопросам оказания медицинской помощи с учетом стандартов медицинской помощи ИД-2 ПК-4.2. Умеет использовать основные методы контроля применения лекарственных препаратов при оценке эффективности и безопасности лечения

Код индикатора достижения компетенции	Результаты обучения (показатели оценивания)	Оценочные средства
ИД-1 ПК-4.1.	знает теоретические основы когнитивной психотерапии; базовые методы, используемые на разных этапах проведения когнитивной психотерапии	Тестовые задания, контрольные вопросы, реферат
	умеет оказывать психотерапевтическую помощь с использованием данных методов и с учетом этапов проводимой терапии, а также уметь модифицировать эти методы в связи с особенностями симптоматики конкретных больных	
ИД-2 ПК-4.2	знает принципы построения когнитивной концептуализации	Тестовые задания, контрольные вопросы, реферат
	умеет создавать психотерапевтический альянс для проведения данного вида психотерапии; идентифицировать когниции поверхностного и промежуточного уровней, использовать основные методы для их модификации	

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Трудоемкость	Семестры
		3
Контактная работа обучающихся с преподавателем	110	110
Аудиторная работа:	108	108
Лекции (Л)	4	4
Практические занятия (ПЗ)	104	104
Самостоятельная работа:	106	106
в период теоретического обучения	102	102
подготовка к сдаче зачета	4	4
Промежуточная аттестация: зачет, в том числе сдача и групповые консультации	2	2
Общая трудоемкость:	академических часов	216
	зачетных единиц	6

5. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам) с указанием количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Аннотированное содержание раздела дисциплины	Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения раздела
1.	Основы когнитивной психотерапии	Современные тенденции развития когнитивного направления психотерапии. Основные понятия, уровни когнитивной переменной, диагностические критерии.	ПК-4.
2.	Этапы проведения когнитивной психотерапии	Создание рабочего альянса. Техники приобщения к философии когнитивной психотерапии. Последовательность использования отдельных техник на данном этапе. Выявление запроса пациента и проблемной ситуации. Этап проработки автоматических мыслей. Выявление эмоций. Основные техники для оценивания автоматических мыслей. Формулирование адаптивной (альтернативной) мысли. Этап закрепления адаптивной мысли.	ПК-4.
3.	Проработка когниций промежуточного уровня	Этап выявления когниций промежуточного уровня. Этап формирования адаптивных когниций промежуточного уровня. Этап закрепления адаптивных когниций промежуточного уровня.	ПК-4.
4.	Проработка глубинных убеждений	Выявление глубинных убеждений. Изменение глубинных убеждений.	ПК-4.
5	Работа с образами	Работа с образами как разновидностью когниций поверхностного, промежуточного и глубинного уровней. Когнитивная концептуализация. Профилактика рецидивов.	ПК-4

5.2. Тематический план лекций

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Тематика лекций	Трудоемкость (академических часов)
1.	Основы когнитивной психотерапии	Л.1 Современные тенденции развития когнитивного направления психотерапии.	1
2.	Этапы проведения когнитивной психотерапии	Л.2 Основные понятия, уровни когнитивной переменной, диагностические критерии.	1
3.	Проработка когниций промежуточного уровня	Л.3 Этап выявления когниций промежуточного уровня. Этап формирования адаптивных когниций промежуточного уровня	1
4.	Проработка глубинных убеждений	Л.4 Выявление глубинных убеждений. Изменение глубинных убеждений.	1
ИТОГО:			4

5.3. Тематический план практических занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Тематика практических занятий	Формы текущего контроля	Трудоемкость (академических часов)
1.	Основы когнитивной психотерапии	ПЗ.1 Организационные вопросы при проведении когнитивной психотерапии. Основные разделы рабочего бланка терапевтического случая. Регистрация проводимой психотерапевтической работы. Бланки, используемые больными для самостоятельной работы.	Тестирование; защита реферата	6
		ПЗ.2 Базовая теоретическая модель когнитивной психотерапии - модель ABC. Содержание основных компонентов этой модели. А - активирующее событие, В - когнитивная переменная, С - последствия активирующего события (поведенческие, эмоциональные и физиологические последствия). Модель ABC и линия времени. Виды когнитивной переменной (образная форма и вербальная форма). Диагностика вида когнитивной переменной. Уровни когнитивной переменной (поверхностный, промежуточный и глубинный), критерии дифференциации. Модель возникновения психопатологии. Причины стабилизации дезадаптивных когнитивных переменных. Типология	Тестирование; защита реферата	6

		дезадаптивных когниций промежуточного уровня. Критерии дифференциальной диагностики адаптивных и дезадаптивных когниций.		
2.	Этапы проведения когнитивной психотерапии	ПЗ.3 Понятие рабочего альянса. Специфика рабочего альянса в когнитивной психотерапии сравнительно с другими направлениями психотерапии. Поведение и роли психотерапевта при построении рабочего альянса. Пути преодоления стандартных затруднений при создании рабочего альянса.	Тестирование; защита реферата	6
ПЗ.4 Информационный этап приобщения. Модель непосредственной связи стимул— реакция. Недостатки понимания поведения человека, связанные с этой теорией. Трехчленная модель ABC: стимул — промежуточная переменная — последствия. Преимущества объяснения поведения с использованием данной модели. Доказательства обоснованности данной модели. Упражнения «угадай эмоцию, если известны А и В», «угадай мысли, если известны А и С». Упражнения в актуальных ситуациях взаимодействия, демонстрирующих влияния В на последствия. Домашние задания, помогающие пониманию модели ABC.		Тестирование; защита реферата	6	
ПЗ.5 Возможности отдельных групп техник в убеждении клиента в правомерности модели ABC. Важность техник, основанных на непосредственном опыте клиента. Значение рефлексии в опыте клиента. Правила последовательного использования отдельных техник и приемов на этом этапе.		Тестирование; защита реферата	6	
ПЗ.6 Выявление предварительного запроса как возможной мишени терапии (поведение, эмоциональные состояния или физиологические проявления). Сбор анамнеза и общих сведений о дезадаптирующих проблемных ситуациях. Выявление последней по времени проблемной ситуации. Процессуальные приемы воссоздания специфики проблемной ситуации.		Тестирование; защита реферата	6	
ПЗ.7 Идентификация автоматических мыслей – важный обучающий этап в		Тестирование; защита	6	

	<p>работе с пациентом, облегчающий работу с когнициями более глубоких уровней. Понятие об автоматических мыслях. Автоматические мысли как поток мышления. Отличие автоматических мыслей от эмоций. Вопросы и восклицательные высказывания как завуалированный уровни проявления автоматических мыслей. Приемы преобразования вопросов и восклицательных высказываний в автоматические мысли. Негативные высказывания как еще один способ искажения автоматических мыслей. Преобразование негативных высказываний в позитивные утверждения как прием выявления автоматических мыслей.</p>	реферата	
	<p>ПЗ.8 Выявление эмоциональных последствий при столкновении с проблемной ситуацией – важный элемент на этапе проработки автоматических мыслей. Приемы облегчающие прояснение эмоций. Словарь эмоций. Обучение дифференциации мыслей от эмоций. Оценка интенсивности эмоций. Создание шкалы для оценки интенсивности эмоций. Автоматическая мысль как связующее звено между проблемной ситуацией и эмоцией. Критерии выбора центральной эмоции при наличии нескольких выявленных эмоций.</p>	Тестирование; защита реферата	6
	<p>ПЗ.9 Цели оценивания автоматических мыслей - дистанцирование и разотождествление с когнициями, приобретение новых ракурсов восприятия проблемной ситуации. Основные приемы для оценивания. Оценка истинности и ложности автоматической мысли. Выявление альтернативного объяснения события. Техника оценки выгод и ущербов при сохранении автоматической мысли. Техника прогнозирования исходов события: самого плохого результата, самого лучшего результата, самого реалистического результата. Техника «совет другу». Прием оценки типа когнитивных искажений. Затруднения, возникающие на этом этапе. Пути их преодоления.</p>	Тестирование; защита реферата	6
	<p>ПЗ.10 Формулирование</p>	Тестирование;	6

		альтернативной мысли. Критерии оценки экологичности новой альтернативной мысли. Четырехстолбцовая таблица как прием, облегчающий формулирование. Неудовлетворительная формулировка адаптивной мысли как показатель необходимости перехода для работы на промежуточный уровень когний.	защита реферата	
		ПЗ.11 Задачи данного этапа – генерализация навыка решения проблемы в повседневную жизнь пациента. Поведенческие эксперименты как основная техника генерализации и закрепления навыка. Поведенческие эксперименты с участием пациентов в кабинете врача. Самостоятельные поведенческие эксперименты вне кабинета терапевта. Правила проведения поведенческих экспериментов. Использование четырехстолбцовой таблицы для фиксации результатов эксперимента.	Тестирование; защита реферата	6
3.	Проработка когний промежуточного уровня	ПЗ.12 Основные категории когний промежуточного уровня (правила, установки, убеждения, ожидания и др.). Линия времени и включение когний промежуточного уровня. Техники выявления когний промежуточного уровня. Метод незаконченного предложения. Непосредственное выявление правила или отношения. Применение техники падающей стрелы. Анализ автоматических мыслей пациента и поиск в них общих тем.	Тестирование; защита реферата	6
		ПЗ.13 Приемы оценки целесообразности модификации дезадаптивных когний промежуточного уровня и готовности пациента к их изменению. Прием преобразования правил и отношений в форму предположений – обязательный элемент каждой техники изменений. Техника оценки выгод и ущербов, присущих убеждениям. Собственно техники изменения убеждений. Сократический диалог. Поведенческий эксперимент. Когнитивный континуум. Рационально – эмотивная ролевая игра. Использование окружающих в качестве ориентира. Действия «как	Тестирование; защита реферата	6

		если бы...».		
		ПЗ.14 Четырехстолбцовая таблица – основной инструмент регистрации адаптивных и дезадаптивных когниций на этапе закрепления результатов терапии. Правила проведения поведенческих экспериментов. Особенности использования постепенного увеличения трудности поведенческих экспериментов. Проведение поведенческих экспериментов в группе пациентов. Критерии оценки эффективности терапии.	Тестирование; защита реферата	6
4.	Проработка глубинных убеждений	ПЗ.15 Определение глубинных убеждений и схем. Категории глубинных убеждений. Иерархия глубинных убеждений. Основные приемы выявления глубинных убеждений. Техника падающей стрелы – главный прием выявления глубинных убеждений. Два варианта этой техники. Их особенности и возможности. Техника выявления проблемных ситуаций в различные периоды жизни и поиск в них общих тем.	Тестирование; защита реферата	6
		ПЗ.16 Повышение мотивации к изменению глубинных убеждений – обязательный элемент при использовании всех техник. Техника рассмотрения выгод и ущербов – основная техника повышения мотивации. Техника сократического диалога. Рационально – эмотивная ролевая игра. Когнитивный континуум. Поведенческие эксперименты. Действия «как если бы ...». Применение крайних контрастов. Создание метафор. Исследование глубинного убеждения в контрасте жизненного опыта пациента. Реструктурирование ранних воспоминаний. Бланки для фиксации проделанной работы. Рабочий бланк для работы с глубинными убеждениями. Копинг-карточки.	Тестирование; защита реферата	4
5	Работа с образами	ПЗ.17 Диагностика образов как мишеней терапии. Техника погружения в воображаемую травмирующую ситуацию - главный прием выявления образов. Использование рисунка – дополнительный прием выявления образных когниций. Разыгрывание ролевых ситуаций. Техники	Тестирование; защита реферата	2

		коллекционирования автоматических образов. Техника экспериментального погружения в ситуацию. Техники модификации образов. Техника многократного проигрывания образа. Техника завершения образа и мысленного решения проблемы (варианты: техника позитивного воображения, техника негативного воображения). Техника прыжка в будущее. Техника тройной диссоциации. Техника визуально-кинестетической диссоциации. Техника временной диссоциации. Техники, использующие релаксацию как противоположный страху стимул. Приемы проверки эффективности угашения дисфункциональных образов.		
		ПЗ.18 Понятие когнитивной концептуализации. Диаграмма когнитивной концептуализации. Глубинные убеждения. Сопутствующие предположения (убеждения) правила промежуточного уровня. Компенсаторные стратегии. Поверхностный уровень (специфические автоматические мысли). Когнитивная концептуализация – прием организации процесса психотерапии. Определение мишеней терапии исходя из когнитивной концептуализации. Тактический и стратегические уровни использования когнитивной концептуализации.	Тестирование; защита реферата	4
		ПЗ.19 Самостоятельно выполняемые задания – обязательный элемент работы пациента. Правила выполнения самостоятельных заданий применительно к разным уровням проработки когниций (поверхностный, промежуточный, глубинный). Приемы регистрации самостоятельной работы пациента. Оценка эффективности достигнутых результатов.	Тестирование; защита реферата	4
			ИТОГО:	104

5.4. Тематический план семинаров - не предусмотрено

5.5. Тематический план лабораторных работ - не предусмотрено

5.6. Самостоятельная работа

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Виды самостоятельной работы	Формы текущего контроля	Трудоемкость (академических часов)
1.	Основы когнитивной психотерапии	Работа с лекционным материалом, работа с учебной литературой. Подготовка реферата	Написание реферата	20
2.	Этапы проведения когнитивной психотерапии	Работа с лекционным материалом, работа с учебной литературой. Подготовка реферата	Написание реферата	20
3.	Проработка когнитивных промежуточного уровня	Работа с лекционным материалом, работа с учебной литературой. Подготовка реферата	Написание реферата	20
4.	Проработка глубинных убеждений	Работа с лекционным материалом, работа с учебной литературой. Подготовка реферата	Написание реферата	20
5	Основы когнитивной психотерапии	Работа с лекционным материалом, работа с учебной литературой. Подготовка реферата	Написание реферата	22
		Подготовка к сдаче зачета	-	4
ИТОГО:				106

5.6.1. Темы рефератов

1. Современные тенденции развития когнитивного направления психотерапии.
2. Основные понятия, уровни когнитивной переменной, диагностические критерии.
3. Основные техники для оценивания автоматических мыслей.
4. Когнитивная концептуализация.
5. Работа с образами.
6. Когнитивно-поведенческая психотерапия.

6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Для эффективного изучения разделов необходимо самостоятельно изучить учебно-методические материалы, размещенные в системе СДО MOODLE, пройти тестирование по всем предложенным темам, активно участвовать в обсуждении вопросов на практических занятиях, при необходимости – получить консультативную помощь преподавателя. Для работы с рефератом необходимо подобрать необходимую литературу в библиотеке университета или других источниках, проанализировать материал, выделить ключевые понятия, подготовить реферат в соответствии с требованиями, для защиты реферата подготовить краткое сообщение, выступить на практическом занятии. Для успешного прохождения промежуточной аттестации в виде зачета необходимо внимательно изучить и проработать все оценочные средства: вопросы для собеседования.

Планирование и организация времени, необходимого для изучения дисциплины

Важным условием успешного освоения дисциплины является создание системы правильной организации труда, позволяющей распределить учебную нагрузку равномерно в соответствии с графиком образовательного процесса. Большую помощь в этом может оказать составление плана работы на семестр, месяц, неделю, день. Его наличие позволит подчинить свободное время целям учебы, трудиться более успешно и эффективно. С вечера всегда надо распределять работу на завтрашний день. В конце каждого дня целесообразно подвести итог работы: тщательно проверить, все ли

выполнено по намеченному плану, не было ли каких-либо отступлений, а если были, по какой причине они произошли. Нужно осуществлять самоконтроль, который является необходимым условием успешной учебы. Если что-то осталось невыполненным, необходимо изыскать время для завершения этой части работы, не уменьшая объема недельного плана. Все задания к практическим занятиям, а также задания, вынесенные на самостоятельную работу, рекомендуется выполнять непосредственно после соответствующей темы лекционного курса, что способствует лучшему усвоению материала, позволяет своевременно выявить и устранить «пробелы» в знаниях, систематизировать ранее пройденный материал, на его основе приступить к овладению новыми знаниями и навыками. Система университетского обучения основывается на рациональном сочетании нескольких видов учебных занятий (в первую очередь, лекций и практических занятий), работа на которых обладает определенной спецификой.

Подготовка к лекциям

Знакомство с дисциплиной происходит уже на первой лекции, где от обучающегося требуется не просто внимание, но 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 обучающемуся понять глубинные процессы развития изучаемого предмета, как в истории, так и в настоящее время. Конспектирование лекций – сложный вид вузовской аудиторной работы, предполагающий интенсивную умственную деятельность обучающегося. Конспект является полезным тогда, когда записано самое существенное и сделано это самим обучающимся. Не надо стремиться записать дословно всю лекцию. Такое «конспектирование» приносит больше вреда, чем пользы. Целесообразно вначале понять основную мысль, излагаемую лектором, а затем записать ее. Желательно запись осуществлять на одной странице листа или оставляя поля, на которых позднее, при самостоятельной работе с конспектом, можно сделать дополнительные записи, отметить непонятные места. Конспект лекции лучше подразделять на пункты, соблюдая красную строку. Этому в большой степени будут способствовать вопросы плана лекции, предложенные преподавателям. Следует обращать внимание на акценты, выводы, которые делает лектор, отмечая наиболее важные моменты в лекционном материале замечаниями «важно», «хорошо запомнить» и т.п. Можно делать это и с помощью разноцветных маркеров или ручек, подчеркивая термины и определения. Целесообразно разработать собственную систему сокращений, аббревиатур и символов. Однако при дальнейшей работе с конспектом символы лучше заменить обычными словами для быстрого зрительного восприятия текста. Работая над конспектом лекций, всегда необходимо использовать не только учебник, но и ту литературу, которую дополнительно рекомендовал лектор. Именно такая серьезная, кропотливая работа с лекционным материалом позволит глубоко овладеть теоретическим материалом.

Подготовка к практическим занятиям

Тщательное продумывание и изучение вопросов плана основывается на проработке текущего материала лекции, а затем изучения обязательной и дополнительной литературы, рекомендованной к данной теме. Все новые понятия по изучаемой теме необходимо выучить наизусть и внести в глоссарий, который целесообразно вести с самого начала изучения курса. Результат такой работы должен проявиться в способности свободно ответить на теоретические вопросы практикума, выступать и участвовать в коллективном обсуждении вопросов изучаемой темы, правильно выполнять практические задания. В процессе подготовки к практическим занятиям, необходимо обратить особое внимание на самостоятельное изучение рекомендованной литературы. При всей полноте конспектирования лекции в ней невозможно изложить весь материал из-за лимита аудиторных часов. Поэтому самостоятельная работа с учебниками, учебными пособиями, научной, справочной литературой, материалами

периодических изданий и Интернета является наиболее эффективным методом получения дополнительных знаний, позволяет значительно активизировать процесс овладения информацией, способствует более глубокому усвоению изучаемого материала, формирует правильное отношение к конкретной проблеме.

Рекомендации по работе с литературой

Работу с литературой целесообразно начать с изучения общих работ по теме, а также учебников и учебных пособий. Далее рекомендуется перейти к анализу монографий и статей, рассматривающих отдельные аспекты проблем, изучаемых в рамках курса, а также официальных материалов и неопубликованных документов (научно-исследовательские работы, диссертации), в которых могут содержаться основные вопросы изучаемой проблемы. 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. В зависимости от результатов ознакомительного чтения выбирается дальнейший способ работы с источником. Если для разрешения поставленной задачи требуется изучение некоторых фрагментов текста, то используется метод выборочного чтения. Если в книге нет подробного оглавления, следует обратить внимание ученика на предметные и именные указатели. Избранные фрагменты или весь текст (если он целиком имеет отношение к теме) требуют вдумчивого, неторопливого чтения с «мысленной проработкой» материала. Такое чтение предполагает выделение: 1) главного в тексте; 2) основных аргументов; 3) выводов. Особое внимание следует обратить на то, вытекает тезис из аргументов или нет. Необходимо также проанализировать, какие из утверждений автора носят проблематичный, гипотетический характер, и уловить скрытые вопросы. Понятно, что умение таким образом работать с текстом приходит далеко не сразу. Наилучший способ научиться выделять главное в тексте, улавливать проблематичный характер утверждений, давать оценку авторской позиции – это сравнительное чтение, в ходе которого Вы знакомитесь с различными мнениями по одному и тому же вопросу, сравниваете весомость и доказательность аргументов сторон и делаете вывод о наибольшей убедительности той или иной позиции. 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. Большие специальные работы монографического характера целесообразно конспектировать в отдельных тетрадях. Здесь важно вспомнить, что конспекты пишутся на одной стороне листа, с полями и достаточным для исправления и ремарок межстрочным расстоянием (эти правила соблюдаются для удобства редактирования). Если в конспектах приводятся цитаты, то непременно должно быть дано указание на источник (автор, название, выходные данные, № страницы). Впоследствии эта информация может быть использована при написании текста реферата или другого задания.

7. Оценочные материалы

Оценочные материалы по дисциплине для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся включают в себя примеры оценочных средств (Приложение А к рабочей программе дисциплины), процедуру и критерии оценивания.

8. Перечень учебной литературы и ресурсов сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

8.1. Учебная литература:

1. Консторум С.И. Опыт практической психотерапии / Под ред. Н.В. Иванова и Д.Е. Мелехова. – Изд. 3-е, стереотипное. – М.: Медицинская книга, 2010. – 172 с.
2. Билецкая М.П. Семейная психотерапия детей с психосоматическими расстройствами (ЖКТ). – СПб.: Речь, 2010. – 192 с.
3. Короленко Ц.П., Дмитриева Н.В. Сексуальность в постсовременном мире. М.: Академический Проект, 2011. - 326 с.
4. Макаров В.В., Макарова Г.А. Экспедиции души: психотерапия и духовность. М.: Академический Проект, 2012. - 314с.
5. Полищук Ю. И. Духовное измерение в психиатрии. М.: «Цифровичок», 2010. – 142 с.
6. Сodatкин В.А. Клиника и терапия игровой зависимости. –Ростов н/Д: ГОУ ВПО «Рост ГМУ», 2010. – 156 с.
7. С.М. Бабин, П.О. Бомов, А.В. Васильева, А.В. Зотова, Т.А. Караваева, Г.Э. Мазо, С.В. Полторак, В.А. Сазыкина, С.Ф. Случевская, Е.И. Чехлатый. Невротические, связанные со стрессом и соматоформные расстройства Учебное пособие. – СПб.: Издательство ГБОУ ВПО СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2015. – 27 с.
8. Психосоциальное лечение и реабилитация в системе психиатрической помощи: учебное пособие / С.М. Бабин, О.В. Лиманкин. - СПб.: Изд-во СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2020. - 64 с.
9. Винокур В.А. Психологические характеристики и методика диагностики профессионального «выгорания» у медицинских работников. Учебное пособие / В.А. Винокур. – СПб.: Изд-во ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России, 2023. – 40 с.
10. С.М. Бабин, П.О. Бомов, А.В. Васильева, А.В. Зотова. Концепция зависимой личности. Учебное пособие. – СПб.: Издательство ГБОУ ВПО СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2015. – 48 с.
11. Еричев А.Н., Федоров А.П., Бобровский А.В. «Когнитивно-поведенческая психотерапия избыточной массы тела». СПб. Изд-во ГБОУ ВПО СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2015.-40с.
12. Федоров А.П. «Базовые техники когнитивной психиатрии». СПб. Изд-во ГБОУ ВПО СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2014.-35с.
13. Федоров А.П. «Когнитивно-поведенческая психотерапия панических расстройств и агорофобии». СПб. Изд-во ГБОУ ВПО СЗГМУ им. И.И. Мечникова, 2014.-30 с.

8.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:

Наименования ресурса сети «Интернет»	Электронный адрес ресурса
Journal of medical Internet research	http://www.jmir.org
Информационная и образовательная система для практикующих врачей	http://www.rosmedlib.ru
Российский медицинский портал	http://www.rosmedportal.com
Всемирная Организация Здравоохранения	http://www.who.int

9. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины, включая перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем

9.1. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса:

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Информационные технологии
1.	Основы когнитивной психотерапии	Размещение учебных материалов в ЭИОС ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России, https://sdo.szgmu.ru/course/view.php?id=957
2.	Этапы проведения когнитивной психотерапии	
3.	Проработка когниций промежуточного уровня	
4.	Проработка глубинных убеждений	
5.	Основы когнитивной психотерапии	

9.2. Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса (лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства):

№ п/п	Наименование программного продукта	Срок действия лицензии	Документы, подтверждающие право использования программных продуктов
лицензионное программное обеспечение			
1.	Dr. Web	1 год	Контракт № 175/2022-ЗК
2.	MS Windows 8 MS Windows 8.1 MS Windows 10 MS Windows Server 2012 Datacenter - 2 Proc MS Windows Server 2012 R2 Datacenter - 2 Proc MS Windows Server 2016 Datacenter Core	Неограниченно	Государственный контракт № 30/2013-О; Государственный контракт № 399/2013-ОА; Государственный контракт № 07/2017-ЭА.
3.	MS Office 2010 MS Office 2013	Неограниченно	Государственный контракт № 30/2013-ОА; Государственный контракт № 399/2013-ОА.
4.	Academic LabVIEW Premium Suite (1 User)	Неограниченно	Государственный контракт № 02/2015
лицензионное программное обеспечение отечественного производства			
1.	Антиплагиат	1 год	Контракт № 5157
2.	«WEBINAR (ВЕБИНАР)» ВЕРСИЯ 3.0	1 год	Контракт № 377/2022-ЭА
3.	«Среда электронного обучения 3KL»	1 год	Контракт № 267/2022-ЭА
4.	TrueConf Enterprise	1 год	Контракт № 373/2022-ЭА
свободно распространяемое программное обеспечение			
1.	Google Chrome	Неограниченно	Открытое лицензионное соглашение GNU GeneralPublicLicense
свободно распространяемое программное обеспечение отечественного производства			
1.	Moodle	Неограниченно	Открытое лицензионное соглашение GNU GeneralPublicLicense

9.3. Перечень профессиональных баз данных и информационных справочных систем:

№ п/п	Наименование программного продукта	Срок действия лицензии	Документы, подтверждающие право использования программных продуктов
1.	Консультант Плюс	1 год	Контракт № 1067/2021-ЭА
2.	ЭБС «Консультант студента»	1 год	Контракт № 152/2022-ЭА
3.	ЭМБ «Консультант врача»	1 год	Контракт № 307/2021-ЭА
4.	ЭБС «Айбукс.ру/ibooks.ru»	1 год	Контракт № 388/2022-ЭА
5.	ЭБС «IPRBooks»	1 год	Контракт № 387/2022-ЭА
6.	Электронно-библиотечная система «Букап»	1 год	Контракт № 345/2022-ЭА
7.	ЭБС «Издательство Лань»	1 год	Контракт № 311/2022-ЭА
8.	Образовательная платформа ЮРАЙТ	1 год	Контракт № 418/2021-М

10. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации: г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит Б (корп.2/4), ауд. № 5, Заневский пр., д. 1/82, лит А, ауд. №№ 2,32,132,133,134 ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России;

Специализированная мебель: доска (меловая); стол преподавателя, стол студенческий четырёхместный, стул студенческий;

Технические средства обучения: мультимедиа-проектор, экран, ноутбук преподавателя, системный блок, монитор.

Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации:

г. Санкт-Петербург, В.О. 15-линия, д. 4-6, СПб ГБУЗ ГПБ № 7 (договор № 244/2018-ОПП от 24.09.2018);

г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит Б (корп.2/4), ауд. № 5, Заневский пр., д. 1/82, лит А, ауд. №№ 2,32,132,133,134 ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России;

Специализированная мебель: доска (меловая); стол преподавателя, стол студенческий четырёхместный, стул студенческий;

Технические средства обучения: мультимедиа-проектор, экран, ноутбук преподавателя, системный блок, монитор.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспеченные доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета: г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит АЕ (корп.32), ауд. № 1, ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России.

Помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: г. Санкт-Петербург, Пискаревский проспект, д. 47, лит Б (корп.2/4), ауд. № 5, Заневский пр., д. 1/82, лит А, ауд. №№ 2,32,132,133,134 ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России.

Министерство здравоохранения Российской Федерации
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Северо-Западный государственный медицинский университет
имени И.И. Мечникова»
Министерства здравоохранения Российской Федерации**
(ФГБОУ ВО СЗГМУ им. И.И. Мечникова Минздрава России)

ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ

(для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся)

Специальность: 31.08.22 Психотерапия
Направленность: Психотерапия
Наименование дисциплины: Когнитивная психотерапия

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине

Код индикатора достижения компетенции	Результаты обучения (показатели оценивания)	Оценочные средства
ИД-1 ПК-4.1.	знает теоретические основы когнитивной психотерапии; базовые методы, используемые на разных этапах проведения когнитивной психотерапии	Тестовые задания, контрольные вопросы, реферат
	умеет оказывать психотерапевтическую помощь с использованием данных методов и с учетом этапов проводимой терапии, а также уметь модифицировать эти методы в связи с особенностями симптоматики конкретных больных	
ИД-2 ПК-4.2	знает принципы построения когнитивной концептуализации	Тестовые задания, контрольные вопросы, реферат
	умеет создавать психотерапевтический альянс для проведения данного вида психотерапии; идентифицировать когниции поверхностного и промежуточного уровней, использовать основные методы для их модификации	

2. Примеры оценочных средств и критерии оценивания для проведения текущего контроля

2.1. Примеры входного контроля

1. Когнитивная психотерапия А. Бека.
2. Основные теоретические идеи.
3. Терапевтический процесс.
4. Когнитивные модели расстройств.

Критерии оценки, шкала оценивания *зачтено/не зачтено*

Оценка	Описание
«зачтено»	Демонстрирует полное понимание проблемы. Все требования, предъявляемые к заданию выполнены.
«не зачтено»	Демонстрирует непонимание проблемы. Многие требования, предъявляемые к заданию не выполнены. Нет ответа.

2.2. Примеры тестовых заданий

ИД-1 ПК-4.1., ИД-2 ПК-4.2.

Название вопроса: Вопрос № 1

Термин «научение» имеет наибольшее значение для:

- 1) психоанализа;
- 2) гештальт-терапии;
- 3) психодрамы;
- 4) когнитивной психотерапии.

Название вопроса: Вопрос № 2

Пересекающаяся трансакция — это:

- 1) неожиданная реакция на определенный стимул;

- 2) прогнозируемая реакция на неопределенный стимул;
- 3) характерные отношения взаимности врача и пациента;
- 4) прогнозируемая реакция на определенный стимул.

Название вопроса: Вопрос № 3

Основным принципом краткосрочной позитивной психотерапии является:

- 1) принцип надежды, баланса (гармонизации) и консультирования;
- 2) переработка фокального конфликта;
- 3) моделирование поведения;
- 4) **использование только позитивных подкреплений в работе с пациентом.**

Критерии оценки, шкала оценивания тестовых заданий

Оценка	Описание
«отлично»	Выполнено в полном объеме – 90%-100%
«хорошо»	Выполнено не в полном объеме – 80%-89%
«удовлетворительно»	Выполнено с отклонением – 70%-79%
«неудовлетворительно»	Выполнено частично – 69% и менее правильных ответов

2.3. Примеры тем реферата

ИД-1 ПК-4.1., ИД-2 ПК-4.2.

1. Современные тенденции развития когнитивного направления психотерапии.
2. Основные понятия, уровни когнитивной переменной, диагностические критерии.
3. Основные техники для оценивания автоматических мыслей.
4. Когнитивная концептуализация.
5. Работа с образами.
6. Когнитивно-поведенческая психотерапия.

Критерии оценки, шкала оценивания реферата

Оценка	Описание
«отлично»	Выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована ее актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объем, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы
«хорошо»	Основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочеты; в частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объем реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы
«удовлетворительно»	Имеются существенные отступления от требований к реферированию; в частности: тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод
«неудовлетворительно»	Тема реферата не раскрыта, выявлено существенное непонимание проблемы или же реферат не представлен вовсе

3. Процедура проведения текущего контроля

Текущий контроль успеваемости по дисциплине проводится в форме тестирования, защиты рефератов.

4. Примеры оценочных средств и критерии оценивания для проведения промежуточной аттестации

4.1. Примерный перечень контрольных вопросов для подготовки к зачету:

ИД-1 ПК-4.1., ИД-2 ПК-4.2.

1. Когнитивная психотерапия А. Бека.
2. Основные теоретические идеи.
3. Терапевтический процесс.
4. Когнитивные модели расстройств.

Критерии оценки, шкала оценивания по контрольным вопросам

Оценка	Описание
«отлично»	Знает весь учебный материал, отлично понимает и прочно усвоил его. На вопросы (в пределах программы) дает правильные, сознательные и уверенные ответы. В устных ответах пользуется литературно правильным языком и не допускает ошибок
«хорошо»	Знает весь требуемый учебный материал, хорошо понимает и прочно усвоил его. На вопросы (в пределах программы) отвечает без затруднений. В устных ответах пользуется литературным языком и не делает грубых ошибок
«удовлетворительно»	Знает основной учебный материал. На вопросы (в пределах программы) отвечает с затруднением. В устных ответах допускает ошибки при изложении материала и в построении речи
«неудовлетворительно»	Не знает большей части учебного материала, отвечает, как правило, лишь на наводящие вопросы преподавателя, неуверенно. В устных ответах допускает частые и грубые ошибки

Критерии оценки, шкала итогового оценивания (*зачет*)

Оценка	Описание
«зачтено»	Демонстрирует полное понимание проблемы. Знает основные понятия в рамках обсуждаемого вопроса, методы изучения и их взаимосвязь между собой, практические проблемы и имеет представление о перспективных направлениях разработки рассматриваемого вопроса
«не зачтено»	Демонстрирует непонимание проблемы. Не знает основные понятия, методы изучения, в рамках обсуждаемого вопроса не имеет представления об основных практических проблемах

5. Процедура проведения промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме зачета. Зачет включает в себя: собеседование по контрольным вопросам.