

## АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

### Б1.В.02 ОСНОВЫ КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОГО ПОДХОДА В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ

**Автор:** Канд. педагог. наук, доцент кафедры социологии, общей и юридической психологии Забродина Т.И.

**Код и наименование направления подготовки, профиля:** 37.03.01. «Психология»  
профиль «Психологическое консультирование»

**Квалификация (степень) выпускника:** *бакалавр*

**Форма обучения:** *очная*

**Цель освоения дисциплины:** направлена на формирование способности адаптировать и применять опыт работы по оказанию психологической помощи индивиду, группе, организации. Разрабатывать и реализовывать совместно с другими специалистами программы, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения

#### Содержание дисциплины

Тема 1. Теоретические основы когнитивно-ориентированного консультирования

Цель: способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3); способность к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

Предмет, цели и задачи когнитивно-ориентированного консультирования. Абсолютизация роли познавательных процессов в возникновении и психических отклонений. Понимание восприятия и мышление в когнитивном направлении. Теоретические истоки когнитивно-ориентированного консультирования: бихевиоризм, психоанализ, когнитивная психология. Представления об истоках психологических проблем и психических нарушений в когнитивном подходе. Особенности когнитивной психотерапии в сравнении с другими подходами.

Тема 2. Основные направления в когнитивно-ориентированном консультировании. Когнитивно-аналитическое направление

Цель: способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3); способность к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

Теоретические основы когнитивно-аналитического направления (А. Риле, Дж. Келли). Понятие личных конструктов. Этапы работы в когнитивно-аналитическом направлении. Техника репертуарных решеток. Терапия фиксированных ролей.

Тема 3. Основные направления в когнитивно-ориентированном консультировании. Когнитивно-бихевиоральное направление

Цель: формирование способности к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3); формирование

способности к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

Теоретические основы когнитивно-бихевиорального направления. Модели классического обусловливания (И.П. Павлов, Р. Уотсон), оперантное обусловливание (Б. Скиннер), модель социального научения (А. Бандура). Поведенческая терапия (Вольпе). Основные процедуры и техники поведенческой терапии. Когнитивные элементы в поведенческой терапии.

Тема 4. Рационально-эмотивная психотерапия (А. Эллис). Когнитивная модификация поведения (Мейхенбаум)

Цель: способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3); способность к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

Концепция А. Эллиса – основателя РЭПТ. Формула рационально-эмотивной поведенческой терапии АВС. Природа психических расстройств и психического здоровья. Терапевтическое воздействие на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях. Иррациональные установки по А. Эллису (4 группы). Особенности групповой терапии РЭПТ. Понятие когнитивной модификации поведения, подход Мейхенбаума.

Тема 5. Когнитивная терапия (А.Бек)

Цель: способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3); способность к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

Теория А. Бэк – основателя когнитивной психологии. Теоретические основы когнитивной терапии. Когнитивная модель. Убеждения. Отношения, правила и предположения. Автоматические мысли. Выявление и оценивание автоматических мыслей. Ответы на автоматические мысли. Бланк для работы с дисфункциональными мыслями (РДМ). Промежуточные убеждения. Изменение убеждений. Глубинные убеждения. Выявление и изменение промежуточных убеждений. Роль домашних заданий в когнитивной психотерапии. Структура первой и последующих сессий.

Тема 6. Когнитивные модели основных психических расстройств. Требования к личности консультанта в когнитивно-ориентированном консультировании

Цель: способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3); способность к использованию дидактических приёмов при реализации стандартных коррекционных, реабилитационных и обучающих программ по оптимизации психической деятельности человека (ПК-11).

Когнитивная модель депрессии. Когнитивная депрессивная триада. Когнитивная модель тревоги. Современные когнитивные модели шизофрении, аффективных, личностных расстройств и расстройств пищевого поведения: объяснительные принципы, факторы, механизмы.

Особенности терапевтического контакта в когнитивно-ориентированном консультировании. Позиция консультанта. Требования, предъявляемые к личности консультанта. Этические проблемы в консультировании.

### **Формы текущего контроля и промежуточной аттестации:**

В ходе реализации дисциплины используются следующие методы текущего контроля успеваемости обучающихся: устный опрос, выполнение практических заданий, тестирование.

Форма промежуточной аттестации в соответствии с учебным планом – зачет.

### **Основная литература:**

1. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учебное пособие для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08880-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455836>

2. Холодная, М. А. Когнитивная психология. Когнитивные стили : учебное пособие для вузов / М. А. Холодная. — 3-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 309 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06304-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/455236>