

АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.09 «Основы когнитивно-психологического подхода в консультировании»

Наименование образовательной программы: *Психологическое консультирование*

Код и наименование специальности: *37.03.01 «Психология»»*

Форма обучения: *очная*

Планируемые результаты освоения дисциплины: знает психологию общения, психотерапию, методологические подходы в психотерапии, этапы психотерапии, принципы психотерапии, показания и ограничения психотерапии, методы и формы психотерапии; основные социально-психологические теории; психология малой группы; психология личности, психологические механизмы изменения личности; этические принципы психологического консультирования, психология семейных кризисов, общие принципы, виды и направления оказания психологической помощи семье, стратегии консультативной работы с учетом индивидуальных особенностей клиентов; теоретические предпосылки для выработки индивидуального консультационного стиля; теоретические предпосылки для адекватной стратегии психологической помощи; по психологическому консультированию - психодинамический подход, гуманистический подход, когнитивно-бихевиоральный подход, принципы консультирования, этапы консультирования, возможности и ограничения психологического консультирования, сеттинг, запрос, заказ, проблема; этические принципы психологического консультирования, психология семейных кризисов, общие принципы, виды и направления оказания психологической помощи семье, стратегии консультативной работы с учетом индивидуальных особенностей клиентов. Умеет подготавливать и проводить на практике социально-психологического исследования; использование внутригрупповых процессов для предупреждения отклонений в личностном статусе; разработки и реализации совместно с другими специалистами программ профилактической и психокоррекционной работы, направленных на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения; устанавливать консультационные рамки, включая вопросы сеттинга, оплаты; устанавливать рабочий альянс, подбора адекватных тактик работы; реализовывать психологическое консультирование по вопросам психологического здоровья в рамках различных психологических парадигм (психодинамической, гуманистической, когнитивно-бихевиоральной); устанавливать контакт с клиентом, устанавливать сеттинг, формулировать запрос, подбирать и реализовывать техники консультирования, осуществлять оценку эффективности; устанавливать запрос клиента. Имеет навыки анализа и сопоставления различных методов и форм психотерапии, анализа психотерапевтического метода в соответствии с проблемой пациента; подбора комплекса социально-психологических методик, планирования и проведения исследования; обобщения результатов психологического исследования; оценки профессиональных рисков в различных видах деятельности; подбора комплекса психологических методик, оценки психологических потребностей, рисков и ресурсов клиента, выявления особенностей их социального окружения и условий жизни; владения приемами оказания психологической помощи на основе интегративного подхода к оказанию психологической помощи; сопоставления и соединения в интересах клиента различных парадигмальных технологии консультирования; разработки программы индивидуальной и групповой консультативной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач; владения техниками диалога в первичной консультации; владения техниками диалога в процесс диагностического интервью; использования техник

интерпретации и диалога в первичной консультации; использования техник диалога в процесс диагностического интервью; владения техниками интерпретации.

Объем дисциплины: общая трудоемкость дисциплины составляет 108 часов (3 ЗЕТ).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 40 часов (лекций – 18 часов, практических занятий – 20 часов) и на самостоятельную работу обучающихся – 32 часа, контроль – 36 часов.

Структура дисциплины:

Тема 1. Теоретические основы когнитивно-ориентированного консультирования

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

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

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)

Концепция А. Эллиса – основателя РЭПТ. Формула рационально-эмотивной поведенческой терапии ABC. 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)

Теория А. Бэка – 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

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.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

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, 2022. — 307 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06304-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493960>