



Учебный план
программы профессиональной переподготовки

«Когнитивно-поведенческая психотерапия в практике психолога»

№пп	Наименование дисциплины	Общая трудоёмкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, Э)
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
Нормативно-правовой раздел						
1	Основы законодательства	18	10	2	6	3
Раздел общепрофессиональных дисциплин						
2	История и современное состояние развития метода. Научное обоснование КПТ	18	10	2	6	3
3	Принципы работы и характеристика основных подходов КПТ	18	10	2	6	3
4	Модель практической работы в рамках когнитивно-бихевиорального подхода	32	16	2	14	3
5	Модель работы, основанная на теории информации	32	16	2	14	3
6	Модель, интегрирующая поведенческие и информационные подходы. РЭТ А. Эллиса	24	12	2	10	ДЗ
7	Работа психолога в русле когнитивно-поведенческой психотерапии А. Бека	24	12	2	10	3
8	Общая схема работы в структуре КПТ. Этапы и процесс терапевтической сессии	34	18	2	14	3
9	Оценка эффективности работы, завершение работы и профилактика рецидивов	34	18	2	14	3
Раздел специальных дисциплин						
10	Использование КПТ в работе с аддикцией	32	16	2	14	3
11	Использование КПТ в работе с депрессивными симптомами	32	16	2	14	3
12	Использование КПТ в работе с тревожностью, фобиями	42	22	2	18	3
13	Использование КПТ в работе с расстройствами пищевого поведения	36	18	2	16	3
14	Использование КПТ в работе с обсессивно-компульсивными расстройствами	36	18	2	16	3
15	Использование КПТ в преодолении прокрастинации	42	22	2	18	3
16	Метакогнитивный подход	36	18	2	16	3
17	Mindfulness – терапия, основанная на осознанности	36	18	2	16	3
18	Диалектико-поведенческая терапия	36	18	2	16	3
19	Десенсибилизация и переработка движениями глаз	30	16	2	12	3
20	Схема-терапия	36	18	2	16	3
«Практикум по когнитивно-поведенческой психотерапии. Ступень 1»						
21	Структура сессии в КПТ. Основные элементы и их обоснование. Разбор и решение проблем в структурировании сессии	10	3	1	6	3
	Работа с автоматическими мыслями клиента. Техники выявления, оценки и оспаривания дисфункциональных мыслей	10	3	1	6	
	Работа с убеждениями клиента. Виды убеждений. Понятие схем. Техники и их применение	10	3	1	6	
	Поведенческие техники в работе с клиентами. Десенсибилизация, наводнение, экспозиция, ролевые игры	10	3	1	6	
	Тревожные расстройства как одна из самых частых проблем для работы в КПТ	10	3	1	6	
	Интервизия в первой и повторных сессиях с клиентом	10	3	1	6	
«Практикум по когнитивно-поведенческой терапии. Ступень 2»						
22	Техники и приемы когнитивно-поведенческой терапии депрессивного расстройства	6	2	1	3	3
	Техники и приемы когнитивно-поведенческой терапии в работе с зависимым поведением	6	2	1	3	
	Практика управления стрессом. «Принипка против стресса»	6	2	1	3	
	Формирование навыков социального взаимодействия и асертивного поведения у клиента	6	2	1	3	
	Когнитивные и поведенческие методы в работе с посттравматическим стрессовым расстройством у клиента. Метод ДДУГ (EMDR)	6	2	1	3	
	Групповая интервизия. Проведение консультативной сессии и анализ ее эффективности	6	2	1	3	
Итоговая аттестация		12				Итоговый междисциплинарный экзамен
ИТОГО		736				

Календарный учебный график

№пп	Наименование дисциплины	Общая трудоемкость, в акад. часах	Учебные недели
1	Основы законодательства	18	1
2	История и современное состояние развития метода. Научное обоснование КПТ	18	1-2
3	Принципы работы и характеристика основных подходов КПТ	18	2
4	Модель практической работы в рамках когнитивно-бихевиорального подхода	32	2-3
5	Модель работы, основанная на теории информации	32	3-4
6	Модель, интегрирующая поведенческие и информационные подходы. РЭТ А. Эллиса	24	4-5
7	Работа психолога в русле когнитивно-поведенческой психотерапии А. Бека	24	5-6
8	Общая схема работы в структуре КПТ. Этапы и процесс терапевтической сессии	34	6-7
9	Оценка эффективности работы, завершение работы и профилактика рецидивов	34	7-8
10	Использование КПТ в работе с аддикцией	32	8-9
11	Использование КПТ в работе с депрессивными симптомами	32	9-10
12	Использование КПТ в работе с тревожностью, фобиями	42	10-11
13	Использование КПТ в работе с расстройствами пищевого поведения	36	11-13
14	Использование КПТ в работе с обсессивно-компульсивными расстройствами	36	13-14
15	Использование КПТ в преодолении прокрастинации	42	14-15
16	Метакогнитивный подход	36	15-16
17	Mindfulness – терапия, основанная на осознанности	36	16-17
18	Диалектико-поведенческая терапия	36	17-19
19	Десенсибилизация и переработка движениями глаз	30	19-20
20	Схема-терапия	36	20-21
21	Структура сессии в КПТ. Основные элементы и их обоснование. Разбор и решение проблем в структурировании сессии	10	1-33
	Работа с автоматическими мыслями клиента. Техники выявления, оценки и оспаривания дисфункциональных мыслей	10	1-33
	Работа с убеждениями клиента. Виды убеждений. Понятие схем. Техники и их применение	10	1-33
	Поведенческие техники в работе с клиентами. Десенсибилизация, наводнение, экспозиция, ролевые игры	10	1-33
	Тревожные расстройства как одна из самых частых проблем для работы в КПТ	10	1-33
	Интервизия в первой и повторных сессиях с клиентом	10	1-33
22	Техники и приемы когнитивно-поведенческой терапии депрессивного расстройства	6	1-33
	Техники и приемы когнитивно-поведенческой терапии в работе с зависимым поведением	6	1-33
	Практика управления стрессом. «Принипа против стресса»	6	1-33
	Формирование навыков социального взаимодействия и асертивного поведения у клиента	6	1-33
	Когнитивные и поведенческие методы в работе с посттравматическим стрессовым расстройством у клиента. Метод ДДУГ (EMDR)	6	1-33
	Групповая интервизия. Проведение консультативной сессии и анализ ее эффективности	6	1-33
Итоговая аттестация		12	34