

Общество с ограниченной ответственностью
«Национальный центральный институт развития дополнительного образования»

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, дом 7, корпус 1, офис 3, комната 12
Телефон +7(499) 110-88-46; e-mail: info@ncrdo.ru, веб-сайт: www.ncrdo.ru

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 189 от «01» июня 2022г

Генеральный директор ООО «НЦРДО»



Зотов А.И.

М.П.

ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

**«Психологическое консультирование с использованием
методов рационально-эмоциональной терапии поведения
(РЭПТ) А.Эллиса»**

Общая трудоемкость

144 академических часа

Форма обучения

Заочная

Москва, 2022

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства образования и науки Российской Федерации от 01 июля 2013 г. № 499 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н.

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи отдельным лицам в рамках имеющейся квалификации.

Обучающийся совершенствует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология:

Код	Наименование компетенции
ОПК-4	Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования

По итогам освоения программы обучающийся должен

знать:

- теоретические понятия, принципы РЭПТ;
- особенности формулы ABC;
- характеристики психологических нарушений и психологического здоровья с позиции рациональной терапии;
- основы взаимоотношений «терапевт-клиент», диагностики и введения пациента в терапию;
- сущность групповой рационально-эмоциональной терапии поведения;
- техники психологического консультирования семей с использованием методов РЭПТ;

уметь:

- характеризовать теоретические понятия, принципы РЭПТ, особенности формулы ABC, особенности психологических нарушений и психологического здоровья с позиции рациональной терапии;
- анализировать основы взаимоотношений «терапевт-клиент», диагностики и введения пациента в терапию;
- применять групповую рационально-эмоциональную терапию поведения;
- проводить психологическое консультирование семей с использованием методов РЭПТ.

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	А/03.6	Оказание консультационной психологической помощи гражданам, переживающим психологический кризис и дистресс

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 144 часа.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№п п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З) ¹
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
1	Теоретические понятия, принципы РЭПТ	26	14	4	8	3
1.1.	<i>Особенности когнитивной психокоррекции</i>					
1.2.	<i>Рационально-эмотивная терапия (РЭТ) А. Эллиса</i>					
1.3.	<i>Терапия и техники РЭПТ</i>					
1.4.	<i>Основные принципы РЭПТ</i>					
2	Формула ABC. Психологические нарушения и	16	8	2	6	3

¹ ДЗ – дифференцированный зачет, З – зачет

	психологическое здоровье с позиции рациональной терапии					
2.1.	<i>Модель ABC</i>					
2.2.	<i>Общая стратегия РЭТ</i>					
3	Взаимоотношения терапевт-клиент	24	10	4	10	3
3.1.	<i>Поведение психотерапевта</i>					
3.2.	<i>Всеобъемлющая рационально- эмоционально- поведенческая терапия</i>					
3.3.	<i>Домашние задания</i>					
3.4.	<i>Курс терапии</i>					
4.	Диагностика и введение пациента в терапию	31	16	5	10	3
4.1.	<i>Методика диагностики иррациональных установок А.Эллиса</i>					
4.2.	<i>Терапевтическая стратегия. Основные приемы проведения РЭПТ</i>					
4.3.	<i>Работа над «А»</i>					
4.4.	<i>Работа над «С»</i>					
4.5.	<i>Дискуссия. Проблемы и их решение</i>					
5.	Групповая рационально- эмоциональная терапия поведения	21	12	1	8	3
6	Психологическое консультирование семей с использованием методов РЭПТ	18	14	2	2	3
6.1.	<i>Рациональный подход к консультированию по вопросам семьи и брака</i>					
6.2.	<i>Частные вопросы психотерапии РЭПТ</i>					
Итоговая аттестация		8				Итоговое тестирован ие
ИТОГО		144				

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоем кость, в акад. час.	Учебн ые недели
1	Теоретические понятия, принципы РЭПТ	26	1-2
2	Формула АВС. Психологические нарушения и психологическое здоровье с позиции рациональной терапии	16	2-3
3	Взаимоотношения терапевт-клиент	24	3-5
4	Диагностика и введение пациента в терапию	31	5-7
5	Групповая рационально-эмоциональная терапия поведения	21	7-8
6	Психологическое консультирование семей с использованием методов РЭПТ	18	8-9
	Итоговая аттестация	8	9

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Тема 1. Теоретические понятия, принципы РЭПТ	Лекция/14 часов	Особенности когнитивной психокоррекции. Рационально-эмотивная терапия (РЭТ) А. Эллиса. Терапия и техники РЭПТ. Основные принципы РЭПТ
	Практическое занятие 1 /8 часов	Выполните задание: Опишите своими словами, как Вы понимаете основные принципы рационально-эмотивной теории: 1. Мысли являются главным фактором, определяющим эмоциональное состояние человека; 2. В основе патологии эмоций и многих психопатологических состояний лежат нарушения мыслительных процессов; 3. Разнообразные факторы, включая влияние наследственности и окружающей среды, имеют значение в происхождении иррационального мышления и психопатологии; 4. Наследственность и окружающая среда, хотя и играют важную роль в возникновении психопатологических расстройств, не так значимы для понимания механизмов сохранения этих расстройств; 5. Актуальные верования можно изменить, хотя не всегда это просто.
	Тестирование /4 часа	
Тема 2. Формула АВС. Психологические нарушения и психологическое здоровье с позиции рациональной терапии	Лекция/8 часов	Модель АВС. Общая стратегия РЭПТ
	Практическое занятие 2 /6 часов	Выполните задание: Опишите как Вы понимаете формулу А-В-С в рамках теории РЭТ Эллиса? Раскройте значение каждого компонента этой формулы. Приведите

		конкретный пример из жизни, который иллюстрирует эту формулу.
	Тестирование /2 часа	
Тема 3. Взаимоотношения терапевт-клиент	Лекция/10 часов	Поведение психотерапевта. Всеобъемлющая рационально-эмоционально-поведенческая терапия. Домашние задания. Курс терапии
	Практическое занятие 3 /10 часов	Выполните задания: 1. В чем сходство и отличие в стиле поведения специалистов по РЭПТ от других терапевтов? 2. В какой форме в рамках РЭПТ клиентам выдаются домашние задания? Приведите практические примеры следующих видов домашних заданий: - предписание слушания; - задания с использованием воображения; - предписание действий.
	Тестирование /4 часа	
Тема 4. Диагностика и введение пациента в терапию	Лекция/16 часов	Методика диагностики иррациональных установок А.Эллиса. Терапевтическая стратегия. Основные приемы проведения РЭПТ. Работа над «А». Работа над «С». Дискуссия. Проблемы и их решение
	Практическое занятие 4 /10 часов	Выполните задания: 1. Какие профессионально-важные качества необходимо иметь специалисту по РЭПТ? Назовите основные качества и дайте им краткую характеристику. 2. Назовите четыре ключевых элемента иррациональности в РЭПТ и обозначьте основные способы их преодоления.
	Тестирование /5 часов	
Тема 5. Групповая рационально-эмоциональная терапия поведения	Лекция/12 часов	Групповая терапия. Особенности и принципы
	Практическое занятие 5 /8 часов	Выполните задание: Обозначьте иррациональные и рациональные цели групповой терапии. Приведите примеры, как они могут проявляться в процессе работы группы.
	Тестирование /1 час	
Тема 6. Психологическое консультирование семей с использованием методов РЭПТ	Лекция/14 часов	Рациональный подход к консультированию по вопросам семьи и брака. Частные вопросы психотерапии РЭПТ
	Практическое занятие 6 /2 часа	Выполните задания: 1. Опишите алгоритм применения РЭТ при лечении фобий (в качестве примера можно взять любую фобию). 2. В чем проявляется отличие консультирования семейных пар в рамках рационального подхода от других научных психологических подходов.
	Тестирование /2 часа	
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /8 часов	

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;
- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список литературы и информационных источников

1. Григорьев, Н. Б. Психотехнологии группового тренинга: учебное пособие / Н. Б. Григорьев. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. – 176 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328> (дата обращения: 09.07.2024). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-98238-012-8. – Текст: электронный.
2. Морозова, И. С. Психология семейных отношений: учебное пособие / И. С. Морозова, К. Н. Белогай, Ю. В. Борисенко. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2012. – 424 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232383> (дата обращения: 09.07.2024). – ISBN 978-5-8353-1026-5. – Текст: электронный.
3. Общая психология: Тексты: учебное пособие: в 3-х т. / ред. Ю. Б. Дормашев, С. А. Капустин, В. В. Петухов. – 3-е изд., доп. и испр. – Москва: Когито-Центр, 2013. – Том 2, книга 3. Субъект деятельности. – 584 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=209402> (дата обращения: 09.07.2024). – ISBN 978-5-89353-382-8. – Текст: электронный.
4. Психология семьи: учебное пособие: [16+] / сост. М. В. Лукьянова, С. В. Офицера ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 138 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483757> (дата обращения: 09.07.2024). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
5. Старшенбаум, Г. В. Динамическая психиатрия и клиническая психотерапия: практическое пособие / Г. В. Старшенбаум. – Москва: Высшая школа психологии, 2003. – 583 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=65022> (дата обращения: 09.07.2024). – ISBN 5-94405-007-1. – Текст: электронный.

6. Старшенбаум, Г. В. Как стать семейным психологом: тесты, упражнения, ролевые игры: учебник / Г. В. Старшенбаум. – Москва: Психотерапия, 2007. – 473 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=65667> (дата обращения: 09.07.2024). – ISBN 5-903182-14-3. – Текст: электронный.
7. Старшенбаум, Г. В. Сексуальная и семейная психотерапия / Г. В. Старшенбаум. – Москва: Высшая школа психологии, 2003. – 302 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=64944> (дата обращения: 09.07.2024). – ISBN 5-94408-008-X. – Текст: электронный.
8. Технологии коррекции поведения у лиц с аутистическими расстройствами: учебное пособие (курс лекций): [16+] / авт.-сост. Г. Ю. Козловская; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2019. – 160 с.: схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=596410> (дата обращения: 09.07.2024). – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений
1	Актуализация с учетом профессионального стандарта «Психолог-консультант» (утв. приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н)	1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы	09.12.2022
2	Актуализация основных источников и литературы	4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы	15.02.2023
3	Актуализация программы в соответствии с локальными нормативными актами образовательной организации	Все разделы программы	09.07.2024

Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. Как трактуется человек в концепции А. Эллиса?

Выберите один или несколько ответов:

1. Самооценивающий
2. Самоподдерживающий
3. Самоанализирующий
4. Самоговорящий

2. Верны ли следующие суждения?

А) Deskриптивные когниции содержат информацию о реальности, о том, что человек воспринял в мире, это «чистая» информация о реальности.

Б) Оценочные когниции отражают отношение человека к реальности.

Выберите один ответ:

1. Верно только А
2. Верно только Б
3. Верны оба суждения
4. Оба суждения не верны

3. Верны ли следующие суждения?

А) А. Эллис чрезвычайно приблизился к идее диалогической структуры сознания и предложил методы работы, направленные на изменение внутреннего диалога как посредника глубоких личностных изменений.

Б) Внутренний диалог, по сути дела, раскрывается во внешне монологических высказываниях клиента.

Выберите один ответ:

1. Верно только А
2. Верно только Б
3. Верны оба суждения
4. Оба суждения не верны

4. Какое слово пропущено?

«В основе патологических эмоциональных реакций чаще всего лежат иррациональные _____»?

Выберите один ответ:

1. стереотипы
2. верования
3. убеждения
4. установки

5. Какие два элемента включает активирующее событие (А)?

Выберите один или несколько ответов:

1. Что произошло
2. Как пациент воспринимает то, что произошло
3. Как пациент оценивает то, что произошло
4. Как пациент относится к тому, что произошло

6. Каковы ключевые элементы иррациональных верований?

Выберите один или несколько ответов:

1. Выражение «не должен»
2. Выражение «не ужасно»
3. Выражение «нуждаться»
4. Оценка «человеческой ценности»

7. Кто является автором тренировки самоподдержки?

Выберите один ответ:

1. Мейхенбаум
2. Новако
3. Камп
4. Маултсби

8. Какие три варианта ошибок выделяет Бек при формулировке выводов?

Выберите один или несколько ответов:

1. Произвольный вывод
2. Индивидуализация
3. Чрезмерное обобщение
4. Персонализация

9. Каково одно из существенных требований эмоционально нездорового человека?

Выберите один ответ:

1. Он должен делать все, насколько получится и все значимые люди в его жизни должны его поддерживать
2. Другие должны обращаться с ним так, как он посчитает нужным
3. Мир должен быть таким, чтобы в нем было бы легко и приятно жить

10. Каковы три уровня взаимодействия?

Выберите один или несколько ответов:

1. Когнитивный
2. Эмоциональный
3. Поведенческий
4. Психологический

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задания:

1. В чем сходство и отличие в стиле поведения специалистов по РЭПТ от других терапевтов?

2. В какой форме в рамках РЭПТ клиентам выдаются домашние задания? Приведите практические примеры следующих видов домашних заданий:

- предписание слушания;
- задания с использованием воображения;
- предписание действий.

2. Выполните задания:

1. Какие профессионально-важные качества необходимо иметь специалисту по РЭПТ? Назовите основные качества и дайте им краткую характеристику.

2. Назовите четыре ключевых элемента иррациональности в РЭПТ и обозначьте основные способы их преодоления.