

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
(СПбГИПСР)**

**КАФЕДРА КЛИНИЧЕСКОЙ ПСИХОЛОГИИ**

**УТВЕРЖДАЮ**

Руководитель образовательной программы  
доктор психологических наук, профессор,  
заведующая кафедрой общей  
и консультативной психологии

\_\_\_\_\_ М.А. Щукина

«30» апреля 2021 г.

**Рабочая программа дисциплины**

**КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ ПОДХОД В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ**

основной профессиональной образовательной программы

«Психологическое консультирование»

по направлению подготовки 37.04.01 Психология

Разработчик: канд. психол. наук, доцент, зав. кафедрой Крайнюков Сергей Владимирович

Согласовано: канд. психол. наук, доцент, зав. кафедрой Крайнюков Сергей Владимирович

**Санкт-Петербург**

**2021**

## **РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины**

### **1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины**

#### **КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ ПОДХОД В КОНСУЛЬТИРОВАНИИ**

**Цель изучения дисциплины:** повышение профессиональной компетентности в рамках когнитивно-поведенческого подхода в психологическом консультировании.

#### **Задачи дисциплины:**

Ознакомить обучающихся с подходами когнитивно-поведенческого консультирования как формой профессиональной деятельности практического психолога.

Сформировать представления о задачах когнитивно-поведенческого подхода в консультировании.

Сформировать готовность к применению техник когнитивно-поведенческого консультирования.

Повысить мотивационную готовность к использованию КПП в практической деятельности.

#### **Содержание дисциплины:**

Психологическое консультирование в рамках социально-когнитивной теории А. Бандуры

Психологическое консультирование с учетом когнитивных схем А. Бека

Современные подходы когнитивно-поведенческой терапии А. Эллиса в психологическом консультировании

### **1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине**

#### **Цель<sup>1</sup>:**

Повышение профессиональной компетентности в рамках когнитивно-поведенческого подхода в психологическом консультировании.

#### **Задачи<sup>2</sup>:**

- Ознакомить обучающихся с подходами когнитивно-поведенческого консультирования как формой профессиональной деятельности практического психолога.

- Сформировать представления о задачах когнитивно-поведенческого подхода в консультировании.

- Сформировать готовность к применению техник когнитивно-поведенческого консультирования.

- Повысить мотивационную готовность к использованию КПП в практической деятельности.

### **1.3. Язык обучения**

Язык обучения – русский.

<sup>1</sup> Цель – представление о результатах освоения дисциплины. Цель дисциплины должна быть соотнесена с результатом освоения ОП ВО (формируемыми компетенциями). Цель должна быть обозначена кратко, четко и иметь практическую направленность. Достижение цели должно быть проверяемым

<sup>2</sup> Формулировка задач должна быть связана со знаниями, умениями и навыками (владениями), также должны быть учтены виды деятельности, указанные в ОП ВО.

**1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации**

Форма обучения	Общий объем дисциплины			Объем в академических часах								Контроль
	в зач.ед.	в астрон. часах	в академ. часах	Объем самостоятельной работы	Всего	Виды учебных занятий			Практическая подготовка	Контроль самостоятельной работы	Консультация к промежуточной аттестации (зачет)	
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Практические занятия				
Очная	2	54	72	36	36	36	12	22		2	-	-
Очно-заочная	2	54	72	48	24	22	6	16		2	-	-

\*Часы на практическую подготовку выделяются в тех дисциплинах, где она предусмотрена (в лекциях, практических занятиях, коллоквиумах, кейсах и прочее)

\*\*В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

**1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы**

Код компетенции наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения
ПК-2. Способен применять разные виды и методы индивидуального, семейного, группового психологического консультирования в соответствии с возрастом, полом, индивидуальными особенностями и особенностями жизненной ситуации клиентов	ИПК 2.1. Разрабатывает программы индивидуальной работы с клиентами с учетом конкретных профессиональных задач ИПК 2.2. Оказывает психологическую поддержку клиентам для выхода из трудных жизненных ситуаций ИПК 2.3. Разрабатывает новые формы и методы оказания психологической помощи клиентам	<b>На уровне знаний:</b> - знает теоретические основы когнитивно-поведенческой психотерапии; - понятия и принципы, лежащие в основе когнитивно-поведенческого консультирования; <b>На уровне умений:</b> - умеет применять разные подходов когнитивно-поведенческого консультирования (А. Бандура, А. Бек, А. Эллис); - применять техники когнитивно-поведенческой психотерапии в психологической практике; <b>На уровне навыков:</b> - владеет навыками выявления и дифференциации автоматических мыслей; - разработки копинг-карточек.

ПК-3. Способен создавать и реализовывать психологические программы, направленные на расширение и укрепление внутренних ресурсов клиентов	ИПК 3.1. Обосновывает применение конкретных психологических технологий для преодоления клиентами трудностей социализации ИПК 3.2. Разрабатывает программы групповой работы по психологической поддержке клиентов	<p><b>На уровне знаний:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- знает специфику и направленность когнитивно-поведенческого подхода в работе с различными психологическими проблемами;</li> <li>- организационно-практические аспекты когнитивно-поведенческой психотерапии;</li> </ul> <p><b>На уровне умений:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет оценивать индивидуальный случай и проводить его когнитивную концептуализацию;</li> <li>- составлять программы психологической помощи клиенту в рамках когнитивно-поведенческого подхода;</li> </ul> <p><b>На уровне навыков:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- владеет навыками постановки целей когнитивно-поведенческого консультирования для данного случая.</li> </ul>
---	---	--

## РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1. Учебно-тематический план дисциплины

#### Очная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП		
Тема 1	Психологическое консультирование в рамках социально-когнитивной теории А. Бандуры	22	4	6		12	
Тема 2	Психологическое консультирование с учетом когнитивных схем А. Бека	24	4	8		12	
Тема 3	Современные подходы когнитивно-поведенческой терапии А. Эллиса в психологическом консультировании	24	4	8		12	
	<b>Контроль самостоятельной работы</b>	<b>2</b>					
	<b>Консультация</b>						<b>Зачет</b>
	<b>Контроль</b>						
	<b>ВСЕГО в академических часах</b>	<b>72</b>	<b>12</b>	<b>22</b>		<b>36</b>	

#### Очно-заочная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма текущего контроля и промежуточной аттестации	
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий				СР
			Л	ПЗ	ПрП		
Тема 1	Психологическое консультирование в рамках социально-когнитивной теории А.Бандуры	22	2	4		16	
Тема 2	Психологическое консультирование с учетом когнитивных схем А. Бека	24	2	6		16	
Тема 3	Современные подходы когнитивно-	24	2	6		16	

	поведенческой терапии А.Эллиса в психологическом консультировании						
	<b>Контроль самостоятельной работы</b>	<b>2</b>					
	<b>Консультация</b>						<b>Зачет</b>
	<b>Контроль</b>						
	<b>ВСЕГО в академических часах</b>	<b>72</b>	<b>6</b>	<b>16</b>		<b>48</b>	

Используемые термины:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);

ПрП – практическая подготовка (работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации практической подготовки для решения практико-ориентированных заданий; часы входят в общий объем практических занятий). При наличии ПрП прописываются формы текущего контроля ПрП, а в п.2.5 дополнительно прилагаются методические материалы и типовые задания.

СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

Форма текущего контроля и промежуточной аттестации – формы текущего контроля указываются разработчиком для каждой темы, промежуточная аттестация – из учебного плана.

КСР – контроль самостоятельной работы – входит в общую контактную работу с преподавателем.

Консультация – проводится перед промежуточной аттестацией в форме экзамена.

### **Образовательные технологии**

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями и семинарскими (практическими) занятиями. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в информационной образовательной среде.

## **2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины**

### **Тема 1. Психологическое консультирование в рамках социально-когнитивной теории А. Бандуры**

Когнитивный подход в консультировании: социально-когнитивная теория А.Бандуры, когнитивная терапия А.Т.Бека, рационально-эмотивный подход А.Эллиса, терапия реальностью У. Глассера, трансактный анализ Э.Берна.

А.Бандура – научение через наблюдение, путем воспроизведения (моделирования, копирования, имитационного научения) чьего-либо поведения. Научение осуществляется за счет когнитивной обработки информации: внимания, сохранения модели в памяти, перевод модели из памяти в новую форму ответа, реализация моделируемого поведения при условии достаточного позитивного подкрепления.

Расширение самоподкрепления до границ саморегулирования. Критическое оценивание используется для оценки адекватности своего поведения с позиций собственных внутренних норм или с позиций ценностей и нормативов группы. Позитивная/негативная самооценка формирует привычный способ реагирования.

Самоэффективность как умение распознать свои способности и качества и строить на этой основе адекватное поведение, осуществлять выбор. Источники самооэффективности: 1) личные способности выстраивать свое поведение; 2) опосредованный опыт человека; 3) вербальное убеждение; 4) эмоциональный подъем.

### **Тема 2. Психологическое консультирование с учетом когнитивных схем А. Бека**

Когнитивная терапия А.Бека – акцент делается на процессах и результатах переработки информации. Когнитивные структуры в форме схем, убеждений, правил используются для оценки жизненного опыта и организации поведения. Схема – относительно устойчивые когнитивные модели, влияющие на анализ, сортировку и синтез поступающей информации. Основные категории схем: 1) когнитивные; 2) эмоциональные; 3) мотивационные; 4) инструментальные; 5) контрольные.

Типы когнитивных искажений: необоснованные выводы; избирательная абстракция; сверхгенерализация; преувеличивание или преуменьшение либо умаление, игнорирование; персонализация; дихотомическое мышление, обесценивание; эмоциональное резонерство; наклеивание и срывание ярлыков; долженствование и др.

Методы коррекции ошибочных убеждений по А.Беку: 1) интеллектуальный (распознавание ошибочных когниций и замена их более адекватными для клиента); 2) экспериментальный (проживание определенного опыта с целью проверки ошибочных предположений о нем, принимаемых за реальные убеждения); 3) поведенческий (развитие новых стратегий совладания).

Специфические когнитивные техники: сократовское расспрашивание, декатастрофизация, реатрибуция, переопределение, децентрализация, образные техники, переживание воспоминаний детства, придание убеждениям новой формы, репетиция поведения, разыгрывание ролей и др.

### **Тема 3. Современные подходы когнитивно-поведенческой терапии А. Эллиса в психологическом консультировании**

Рациональное и иррациональное мышление в концепции А. Эллиса. Рациональная жизнь предполагает наличие мышления, чувств и поведения, способствующих достижению выбранных целей, иррациональная – препятствует их достижению. Эмоции и мышление тесно взаимосвязаны и имеют причинно-следственный характер.

Типы когниций по А.Эллису: 1) холодные когниции; 2) теплые чувства-когниции; 3) горячие чувства-когниции.

Рациональные убеждения способствуют самоактуализации. Характеристики самоактуализирующихся субъектов (критерии психологического здоровья) по А.Эллису: соблюдение собственных интересов, социальный интерес, самоуправление, толерантность, гибкость, принятие неопределенности, обязательство, творческий потенциал и оригинальность, научное мышление, самопринятие, принятие животного начала в человеке, риск, перспективный гедонизм, высокая фрустрационная толерантность, собственная ответственность за нарушение душевного равновесия.

Иррациональные убеждения и эмоциональные расстройства по А.Эллису: «я должен» – чувство тревоги, депрессия, деморализация, глубокий личностный кризис; «другие должны» – злость, гнев, ярость; «условия, обстоятельства должны» – подавленность, демонстративное поведение.

Схема «АВС» - А-событие, В-мыслительный процесс, С- эмоциональные, поведенческие реакции. Специфические методы рационально-эмотивной терапии – обучение и рациональная дискуссия. Схема АВСДЕ.

Обучение – освоение азбуки «АВС». Дискуссия о мыслях и убеждениях осуществляется в когнитивной, образной и поведенческой формах.

## **2.3. Описание занятий семинарского типа**

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.**

**Тема:** Социально-когнитивная теория А. Бандуры

**Цель:** Рассмотреть социально-когнитивную теорию как теоретическую основу профилактических программ.

**Понятийный аппарат:** социально-когнитивная теория, профилактические программы

**Вопросы для обсуждения:**

1. Показать изменение личности под воздействием требований социальной среды, в результате чего происходит обучение определенным формам поведения.

2. Привести примеры взаимодействия личности с окружающей социальной действительностью, следствием чего является более эффективное поведение.

3. Рассмотреть самоэффективность как степень осознания человеком эффективности своего поведения, умения управлять поведением и контролировать его для достижения определенных жизненных целей.

*Практическое задание.*

1) Выделить факторы, влияющие на формирование самоэффективности.

2) Привести примеры профилактических программ, в которых теоретической основой является социально-когнитивная теория А. Бандуры.

3) Показать на практических примерах использование теории А. Бандуры в психологическом консультировании.

**СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.****Тема: Когнитивная терапия А. Бека**

**Понятийный аппарат:** когнитивная терапия, когнитивные искажения, когнитивные техники

**Цель:** рассмотреть когнитивные искажения и выделить методы коррекции ошибочных убеждений по А. Беку.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Привести примеры когнитивных искажений.

2. Выделить интеллектуальные, экспериментальные и поведенческие методы коррекции ошибочных убеждений по А. Беку.

3. Рассмотреть специфические когнитивные техники: сократовское расспрашивание, декатастрофизация, реатрибуция, переопределение, децентрализация, образные техники, переживание воспоминаний детства, придание убеждениям новой формы, репетиция поведения, разыгрывание ролей и др.

*Практическое задание.*

1) Показать на примере использование специфических когнитивных техник терапии А. Бека: сократовское расспрашивание, декастрофизация.

2) Разбор случая в рамках когнитивной терапии из консультативной практики.

3) Показать на практических примерах преимущества и ограничения когнитивной терапии.

**СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.**



**Тема: Рационально-эмоциональная терапия А. Эллиса**

**Понятийный аппарат:** рационально-эмоциональная терапия, иррациональные убеждения, схема «АВС», схема «АВСДЕ»

**Цель:** рассмотреть иррациональные убеждения и эмоциональные расстройства.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Привести примеры рациональных убеждений и эмоциональных расстройств: «я должен» – чувство тревоги, депрессия, деморализация, глубокий личностный кризис; «другие должны» – злость, гнев, ярость; «условия, обстоятельства должны» – подавленность, демонстративное поведение.

2. Разобрать составляющие схемы «АВС» - А-событие, В-мыслительный процесс, С-эмоциональные, поведенческие реакции. Специфические методы рационально-эмотивной терапии – обучение и рациональная дискуссия.

3. Разобрать составляющие схемы «АВСДЕ».

4. Привести примеры дискуссий о мыслях и убеждениях в когнитивной, образной и поведенческой формах.

*Практическое задание.*

- 1) Привести примеры иррациональных мыслей, установок
- 2) Разбор случая по схеме «АВС» из консультативной практики.
- 3) Разбор случая по схеме «АВСДЕ» из консультативной практики.
- 4) Сравнить, показав на практических примерах, тактические подходы когнитивной терапии А. Бека и РЭПТ А. Эллиса.

**2.4. Описание занятий в интерактивных формах**

**Интерактивное занятие к теме 1. «Социально-когнитивная теория А. Бандуры».**

**Цель:** обучающиеся должны иметь навык использования положений социально-когнитивной теории при разработке профилактических программ.

**Вопросы для обсуждения**

- Основные положения социально-когнитивной теории А. Бандуры.
- Социально-когнитивная теория как основа для разработки профилактических программ.

**Задания для самостоятельной работы**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика презентации и обсуждения индивидуальных или групповых работ обучающихся. Интерактивное занятие предполагает подготовку в рамках самостоятельной работы индивидуальных или групповых работ по теме «Профилактические программы», с последующей презентацией и обсуждением

тех профилактических программа, в которых теоретической основой является социально-когнитивная теория А. Бандуры.

### **Интерактивное занятие к теме 2. «Когнитивная терапия А.Бека».**

**Цель:** обучающиеся должны иметь навык использования положений когнитивной теории в рамках консультативной практики.

#### **Вопросы для обсуждения**

- Основные положения когнитивной теории А. Бека.
- Предпосылки для когнитивных искажений.

#### **Задания для самостоятельной работы**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика презентации и обсуждения индивидуальных или групповых работ обучающихся. Интерактивное занятие предполагает подготовку в рамках самостоятельной работы индивидуальных или групповых работ по теме «Когнитивные искажения» с последующей презентацией и обсуждением техник для работы с когнитивными искажениями.

### **Интерактивное занятие к теме 3. «Рационально-эмоциональная терапия А.Эллиса».**

**Цель:** обучающиеся должны иметь навык использования различных методов для работы с установками.

#### **Вопросы для обсуждения**

- Иррациональные установки должествования.
- Иррациональные установки катастрофизации.

#### **Задания для самостоятельной работы**

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика презентации и обсуждения индивидуальных или групповых работ обучающихся. Интерактивное занятие предполагает подготовку в рамках самостоятельной работы индивидуальных или групповых работ по теме «Рациональное и иррациональное мышление» с последующей презентацией, обсуждением и выделением критериев рационального и иррационального мышления.

## **2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций**

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

## **2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных

методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья обеспечивается:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения института, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

<b>Категории обучающихся</b>	<b>Формы</b>
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

<b>Категории обучающихся</b>	<b>Виды оценочных средств</b>	<b>Формы контроля и оценки результатов обучения</b>
С нарушением слуха	Тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме);
- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);
- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для обучающихся с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров)

## **2.7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Основным понятийным аппаратом и наиболее значимыми вопросами изучения данной программы являются: когнитивно-поведенческие подходы в консультировании. В ходе изучения дисциплины обучающиеся знакомятся с когнитивно-поведенческими моделями консультирования.

Обучающиеся овладевают методиками профилактики и психокоррекции.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип культуру-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области консультативной психологии и психологических технологий.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины.

Для проведения занятий по данной дисциплине используются следующие методы и инновационные технологии обучения: презентации материалов по ключевым темам курса.

При изложении большинства тем используется мультимедийная аппаратура, учебные фильмы, видеоролики и презентации.

При изучении делается акцент на активные и интерактивные формы проведения занятий, а также методы образовательного процесса (лекции-диалоги, дискуссии, деловые и ролевые игры, «мозговые штурмы» для выделения продуктивных идей, моделирование вариантов ситуации с последующей саморефлексией и т. д.).

## **2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Для преподавания дисциплины необходим доступ к электронному каталогу библиотеки института, а также оборудование для мультимедийных презентаций.

Освоение дисциплины предполагает использование академической аудитории для проведения лекционных и семинарских занятий с необходимыми техническими средствами (оборудование для мультимедийных презентаций).

В процессе обучения предполагается использование аудио-, видеотехники, а также информация из сети «Интернет», для чего обеспечивается доступ обучающихся к интернет-ресурсам.

### **РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе обучающихся в рамках освоения дисциплины**

Самостоятельная работа обучающихся – способ активного, целенаправленного приобретения обучающимся новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процессе преподавателей.

Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

#### **Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы**

Самостоятельная работа обучающихся в рамках дисциплины «Когнитивно-поведенческий подход в консультировании» является одним из базовых компонентом обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы обучающиеся проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

При изучении курса используются следующие формы самостоятельной работы:

- работа с книгой;
- работа со словарями;
- конспектирование;
- тезирование;
- аннотирование;
- рецензирование.

#### **Оформление самостоятельной работы:**

Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы обучающихся института, и опубликован на сайте [www.psysocwork.ru](http://www.psysocwork.ru) раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа».

#### **Оформление самостоятельной работы:**

1. Титульный лист.

Образец титульного листа (см. ниже).

2. Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, TimesNewRoman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

### **3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана**

#### **Тема 1. Социально-когнитивная теория А. Бандуры**

##### **Задания к теме:**

- Дайте характеристику социально-когнитивной теории А. Бандуры.
- Представьте профилактические программы, в которых теоретической основой является социально-когнитивная теория А. Бандуры.

1. Подготовьте презентацию по данной теме.

2. Составьте глоссарий по предложенной теме (10-15 научных терминов).

#### **Тема 2. Когнитивная терапия А. Бека**

##### **Задания к теме:**

- Дайте характеристику когнитивной терапии А. Бека.
- Опишите случаи из консультативной практики работы психотерапевта с когнитивными искажениями с помощью методов и техник когнитивной терапии А. Бека.

1. Подготовьте презентацию по данной теме.

2. Составьте глоссарий по предложенной теме (10-15 научных терминов).

#### **Тема 3. Рационально-эмоциональная терапии А. Эллиса**

##### **Задания к теме:**

- Дайте характеристику рационально-эмоциональной терапии А. Эллиса.
- Опишите случаи из консультативной практики работы психотерапевта по схеме «АВС» и «АВСДЕ» с помощью методов и техник рационально-эмоциональной терапии А. Эллиса.

1. Подготовьте презентацию по данной теме.

2. Составьте глоссарий по предложенной теме (10-15 научных терминов).



### 3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы студентов института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы студентов.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

**30 баллов** – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны **отличной оценки**;

**25 баллов** – самостоятельная работа выполнена с некоторыми нарушениями сроков подачи материала, в полном объеме, все работы в среднем достойны **хорошей оценки**;

**20 баллов** – самостоятельная работа выполнена с некоторыми нарушениями сроков подачи материала, в неполном объеме (менее 90% заданий), все работы в среднем достойны **хорошей оценки**;

**10 баллов** – самостоятельная работа выполнена с нарушением сроков, в неполном объеме (менее 75% заданий), все работы в среднем достойны **удовлетворительной оценки**.

**0 баллов** – самостоятельная работа не предоставлена или выполнена с грубейшими нарушениями, все работы в среднем достойны **неудовлетворительной оценки**.

## РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

### 4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине, относятся рубежный контроль (тест минимальной компетенции), промежуточная аттестация в форме зачёта по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

### Шкала оценивания<sup>3</sup>

<sup>3</sup> Критерии оценивания могут уточняться и дополняться в соответствии со спецификой дисциплины, установленных форм контроля, применяемых технологий обучения и оценивания

Результаты успешной сдачи зачетов аттестуются оценкой «зачтено», неудовлетворительные результаты оценкой «не зачтено».

«Зачтено» выставляется в случае, если обучающийся продемонстрировал достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием теории и закономерности учебной дисциплины, решения профессионально-ориентированных задач и междисциплинарных ситуаций.

«Не зачтено» выставляется в случае если обучающийся не продемонстрировал необходимый минимум теоретических знаний и понятийного аппарата, умений решать практические задачи.

Шкала перевода оценки из пятибалльной системы в систему «зачтено» / «не зачтено»:

отлично, хорошо, удовлетворительно (5-3 балла)	«зачтено»
неудовлетворительно (2 балла)	«не зачтено»

### **ОТЛИЧНО (5 баллов)**

Обучающийся показывает высокий уровень знаний теоретических основ когнитивно-поведенческой психотерапии, логично излагает её основные теории и концепции со знанием научной терминологии, понимает закономерности их возникновения и изменения в процессе истории. Называет имена учёных и ключевые даты. Знает принципы, задачи и этапы когнитивно-поведенческой психотерапии. Умеет разрабатывать когнитивную концептуализацию случая. Знает методы и методики когнитивно-поведенческой психотерапии. Умеет применять её базовые когнитивные, экспериенциальные и поведенческие техники.

### **ХОРОШО (4 балла)**

Обучающийся показывает достаточный уровень владения понятийным аппаратом и знанием теоретических основ, методик и техник когнитивно-поведенческой психотерапии. При ответе допускает незначительные ошибки, неточности, которые не искажают сути ответа. Когнитивная концептуализация случая содержит отдельные логические ошибки.

### **УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (3 балла)**

Обучающийся показывает поверхностные знания теоретических основ когнитивно-поведенческой психотерапии. Продемонстрированные знания теорий, концепций и методов частичные, отрывочные, бессистемные, теоретические и практические аспекты проблемы не

связаны. Когнитивная концептуализация случая не является полной и содержит логические ошибки. В основном не может ответить на дополнительные вопросы и привести адекватные примеры.

#### **НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (2 балла)**

Обучающийся показывает низкий уровень компетентности, недостаточное раскрытие теорий, концепций и понятия когнитивно-поведенческой психотерапии. Ответ содержит ряд серьезных неточностей, выводы поверхностны или неверны. Не может разработать когнитивную концептуализацию случая. Неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом.

#### **4.2. Формирование компетенций в процессе освоения дисциплины**

<b>Номер темы</b>	<b>Название темы</b>	<b>Код изучаемой компетенции</b>
Тема 1	Психологическое консультирование в рамках социально-когнитивной теории А. Бандуры	ПК-2, ПК-3
Тема 2	Психологическое консультирование с учетом когнитивных схем А. Бека	ПК-2, ПК-3
Тема 3	Современные подходы когнитивно-поведенческой терапии А. Эллиса в психологическом консультировании	ПК-2, ПК-3

#### **4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)**

По дисциплине «Когнитивно-поведенческий подход в консультировании» проводится текущий контроль в середине семестра, рубежный контроль в форме контрольной работы и промежуточная аттестация знаний в форме зачета.

**Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости)** – задания или иные варианты контроля успеваемости обучающихся, проводимые преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме теста минимальной компетентности.

Рубежный контроль проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы обучающихся института.

#### **Примеры вопросов теста минимальной компетенции:**

Дайте определение понятиям и соотнесите понятия с концепцией определенного автора.

#### **1 вариант**

**Концепции:** 1. А.Бандура; 2. А.Бек; 3. А.Эллис

Взаимный детерминизм

Дихотомическое мышление  
 Избирательная абстракция  
 Инструментальная схема  
 Научение через наблюдение  
 Образная дискуссия  
 Рациональная дискуссия  
 Рационально-эмоциональная терапия поведения  
 Самоподкрепление  
 Схема  
 Теория социально-когнитивного научения  
 Эмоциональная схема

***Выберите один правильный и наиболее полный вариант ответа.***

**1. Основные категории схем:**

- А) когнитивные, эмоциональные, мотивационные;
- Б)\*когнитивные, эмоциональные, мотивационные, инструментальные, контрольные;
- В) эмоциональные, мотивационные, инструментальные.

**2. Избирательная абстракция, сверхгенерализация, преувеличивание, персонализация, дихотомическое мышление, обесценивание, эмоциональное резонерство, долженствование:**

- А) \*когнитивные искажения;
- Б) эмоциональные искажения;
- В) мотивационные искажения.

**3. Методы коррекции ошибочных убеждений по А.Беку:**

- А) интеллектуальный, экспериментальный;
- Б) экспериментальный, поведенческий;
- В) \*интеллектуальный, экспериментальный, поведенческий.

**4. Сократовское расспрашивание, декатастрофизация, реатрибуция, переопределение, децентрализация, придание убеждениям новой формы, репетиция поведения:**

- А) техники релаксации;
- Б)\*когнитивные техники;
- В) инструментальные техники.

**5. Рационально-эмоциональная терапия А.Эллиса учитывает:**

- А) рациональное мышление;
- Б) иррациональное мышление;

В) \* рациональное и иррациональное мышление.

**6. Холодные, теплые, горячие:**

А)\* типы когний по А.Эллису;

Б) типы поведения;

В) типы дискуссий.

**7. Соблюдение собственных интересов, социальный интерес, самоуправление, толерантность, гибкость, принятие неопределенности, обязательство:**

А) критерии социального здоровья по А.Эллису;

Б) \*критерии психологического здоровья по А.Эллису;

В) критерии психического здоровья.

**8. А в схеме «АВС»:**

А)\* событие;

Б)эмоциональные реакции;

В)мыслительный процесс .

**9. В в схеме «АВС»:**

А)поведенческие реакции;

Б) событие;

В)\*мыслительный процесс.

**4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины**

*Промежуточная аттестация* по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных обучающимся в ходе изучения дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в виде зачета. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы обучающихся института.

**Примерные вопросы к зачету**

1. Теоретико-методологические основы социально-когнитивной теории А.Бандуры.
2. Характеристика научения через наблюдение.
3. Моделирование и роль самоподкрепления.
4. Самоэффективность и развитие личности.
5. Опыт личности как источник самоэффективности.
6. Теоретико-методологические основы когнитивной терапии А.Бека.
7. Характеристика схем в когнитивной терапии.

8. Когнитивная и эмоциональная схемы по А.Беку.
9. Мотивационная и инструментальная схемы по А.Беку.
10. Когнитивные искажения в концепции А.Бека.
11. Методы коррекции ошибочных убеждений по А.Беку.
12. Интеллектуальный метод коррекции ошибочных убеждений.
13. Экспериментальный метод коррекции ошибочных убеждений.
14. Поведенческий метод коррекции ошибочных убеждений.
15. Специфические когнитивные техники.
16. Сократовское спрашивание как когнитивная техника.
17. Декатастрофизация, как когнитивная техника.
18. Реатрибуция как когнитивная техника.
19. Переопределение как когнитивная техника.
20. Децентрализация как когнитивная техники.
21. Репетиция поведения как когнитивная техника.
22. Рациональное и иррациональное мышление в терапии А.Эллиса.
23. Типы когниций по А.Эллису.
24. Критерии психологического здоровья по А.Эллису.
25. Категории иррациональных убеждений.
26. Схема «АВС» и «АВСДЕ» по А.Эллису.
27. Рациональная дискуссия.
28. Когнитивная дискуссия.
29. Образная и поведенческая дискуссии.
30. Специфические методы рационально-эмоциональной терапии.

### **Практико-ориентированные задания**

Составьте концептуализацию случая в виде диаграммы когнитивной концептуализации (по Бек Дж.), включающей следующие пункты:

- важные события детства;
- глубинные убеждения;
- промежуточные убеждения (оценки, правила, предположения);
- копинг-стратегии;
- ситуации;
- автоматические мысли;
- значение автоматических мыслей;
- эмоции;

- поведение.

Пример случая для концептуализации.

Михаилу 45 лет. Он женат и имеет двоих сыновей. Работает таксистом. Несколько месяцев назад у него стали возникать продолжительные тревожные состояния, вызывающие бессонницу, апатию, замкнутость. Михаил обращался к врачам, но те не обнаружили у него серьёзной патологии, могущей так повлиять на него. По совету жены он обратился к психологу. В ходе психологической консультации выяснилось, что в последнее время в его жизни произошло много стрессогенных событий: год назад он переехал в столицу, где купил квартиру с большой ипотекой, полгода назад у него умерла мать, несколько месяцев назад отчислили из университета сына, в настоящее время его доходы немного снизились, хотя он вполне может оплачивать счета.

Михаил рассказал, что всю жизнь он был очень ответственным человеком и привык держать всё под контролем. В детстве у него не было отца, и он был вынужден нести постоянную ответственность за младших братьев, вести домашнее хозяйство. К этим трудностям добавлялись насмешки одноклассников в школе, которые научили Михаила защищаться и быть всегда начеку. Сейчас ему кажется, что он не справляется с возложенными на него обязанностями и испытывает непреодолимое чувство надвигающейся финансовой катастрофы.

### **Типовые задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

*Выберите один правильный и наиболее полный вариант ответа.*

#### **1. Автор социально-когнитивной теории:**

- А) А.Бек;
- Б) А.Эллис ;
- В) \*А.Бандура.

#### **2. Основные процессы научения через наблюдение:**

А) \*внимание, сохранения модели в памяти, перевод модели из памяти в новую форму ответа, реализация моделируемого поведения при условии достаточного позитивного подкрепления;

Б) внимания, перевод модели из памяти в новую форму ответа, реализация моделируемого поведения при условии достаточного позитивного подкрепления;

В) сохранения модели в памяти, перевод модели из памяти в новую форму ответа, реализация моделируемого поведения при условии достаточного позитивного подкрепления

**3. Суждения людей относительно их способности вести себя релевантно специфической задаче или ситуации:**

- А) саморегулирование;
- Б)\*самоэффективность;
- В) самореагирование.

**4. Источники самоэффективности:**

А)\*личные способности выстраивать свое поведение, опосредованный опыт человека, вербальное убеждение, эмоциональный подъем;

Б) опосредованный опыт человека, вербальное убеждение, эмоциональный подъем;

В) личные способности выстраивать свое поведение, опосредованный опыт человека.

**5. Процесс, в котором люди улучшают и сохраняют свое собственное поведение, поощряя себя и имея над этими поощрениями какой-то контроль:**

- А) саморегулирование;
- Б) самоэффективность;
- В)\* самоподкрепление.

**6. Форма научения посредством наблюдения чьей-то (модели) желаемой или правильной реакции:**

- А) \*моделирование;
- Б) подкрепление;
- В) имитационное научение.

**7. Акцент делается на процессах и результатах переработки информации в терапии:**

- А) А.Эллиса;
- Б) \*А.Бека;
- В) А.Бандуры.

**8. Относительно устойчивые когнитивные модели, влияющие на анализ, сортировку и синтез поступающей информации:**

- А) \*схема;
- Б) правило;
- В) положение.

**9. С в схеме «АВС»:**

- А) поведенческие реакции;
- Б)\*эмоциональные и поведенческие реакции ;
- В) событие.

**РАЗДЕЛ 5. Глоссарий**



**Взаимный детерминизм** – регулирование поведения человека посредством непрерывных обоюдных интеракций бихевиоральных, когнитивных и относящихся к окружающей среде воздействий.

**Дихотомическое мышление** – рассмотрение ситуации либо в черном, либо в белом цвете.

**Моделирование** – форма научения посредством наблюдения чьей-то (модели) желаемой или правильной реакции.

**Мотивационная схема** – связанная с стремлениями, желаниями, интенциями.

**Избирательная абстракция** – ментальное отфильтровывание информации – накапливание негативной и отвержение позитивной.

**Инструментальная схема** – отвечающая за способ действия, за готовность к осуществлению действий.

**Иррациональные убеждения по А.Эллису** – «я должен», «другие должны», «условия, обстоятельства должны».

**Когнитивная дискуссия** – постановка вопросов, использование логических рассуждений, силлогизмов и убеждения, оспаривание иррациональных представлений клиента.

**Когнитивная схема** – осуществление действий интерпретации, обобщения, абстрагирования, вспоминания, оценки.

**Контрольная схема** – связанная с самоконтролем, торможением, изменением и управлением поведения.

**Научение через наблюдение** – процесс, посредством которого поведение одного человека (наблюдателя) меняется в зависимости от того, что представляет поведение другого (модели). Также называется имитационным научением.

**Образная дискуссия (имажинативная)** – опирается на воображение клиента, на его способность представлять ту или иную ситуацию.

**Поведенческая дискуссия** – опирается на выполнение клиентом некоего действия способом, противоположным привычному.

**Познавательные (когнитивные процессы)** – мыслительные процессы, которые дают нам способность как для объяснения, так и для предвидения.

**Процессы сохранения** – компонент научения через наблюдение, включающий долговременную память о действиях модели.

**Рационально-эмоциональная терапия поведения А.Эллиса** – помочь людям осознать, что они могут жить рационально и продуктивно.

**Самоподкрепление** – процесс, в котором люди улучшают и сохраняют свое собственное поведение, поощряя себя и имея над этими поощрениями какой-то контроль.

**Самоэффективность** – суждения людей относительно их способности вести себя релевантно специфической задаче или ситуации.

**Сверхгенерализация** – интерпретация единичного негативного случая как показателя, к примеру, общей неудачливости.

**Сократовское расспрашивание** – побуждение клиентов рассматривать свои мысли как гипотезы, подлежащие проверке.

**Схема** – относительно устойчивые когнитивные модели, влияющие на анализ, сортировку и синтез поступающей информации.

**Схема «АВС» по А.Эллису** - А-событие, В-мыслительный процесс, С- эмоциональные, поведенческие реакции.

**Теория социально-когнитивного научения** – поведение является результатом сложного взаимодействия между когнитивными процессами и влиянием окружения.

**Эмоциональная схема** – отвечающая за возникновение и проявление чувств.

**РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины****6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3
<b>Основная литература</b>				
1	Залевский, Г. В. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учебное пособие для вузов / Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 194 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11802-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/476403">https://urait.ru/bcode/476403</a>	+	+	+
2	Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учебное пособие для вузов / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08880-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/474797">https://urait.ru/bcode/474797</a>		+	+
3	Колесникова Г. Психологическое консультирование : учебное пособие / Г. Колесникова - СПб.: Питер, 2018. — 240 с. - Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=356232">https://ibooks.ru/reading.php?productid=356232</a>			+
4	Холодная, М. А. Когнитивная психология. Когнитивные стили : учебное пособие для вузов / М. А. Холодная. — 3-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 307 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06304-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/474156">https://urait.ru/bcode/474156</a>	+	+	
<b>Дополнительная литература</b>				
1	Гулевский В.Я. Индивидуальная психотерапия: практикум: учебное пособие / В.Я. Гулевский. — М.: Аспект Пресс, 2008. — 189 с. — Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=354432">https://ibooks.ru/reading.php?productid=354432</a>	+		+
2	Когнитивная психология : учебник / ред. В.Н. Дружинин, Д.В. Ушаков. — М.: ПЕР СЭ, 2002. — 479 с. <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=27795">https://ibooks.ru/reading.php?productid=27795</a>		+	
3	Психотерапия : учебник / ред. Б.Д. Карвасарский. — СПб.: Питер, 2012. — 672 с. — Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=26289">https://ibooks.ru/reading.php?productid=26289</a>			+
4	Солсо Р. Когнитивная психология / Р.Солсо. — СПб.: Питер, 2015. — 592 с. — Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=345132">https://ibooks.ru/reading.php?productid=345132</a>	+		

**6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины**

1. Psychology.ru: психология на русском языке [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.psychology.ru>.

2. Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии [Электронный ресурс]. - Режим доступа: [www.associationcbt.ru/](http://www.associationcbt.ru/)

3. Психология на русском языке [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.psychology.ru>.

### 6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется лицензионное программное обеспечение (MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint) и обучающие платформы (1-С: Электронное обучение. Корпоративный университет, MS Teams).

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

Гарант-Образование: информационно-правовое обеспечение: [сайт]. – Москва. – Обновляется в течение суток. – URL: <http://study.garant.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронная библиотека СПбГИПСР // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=456](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456) (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Электронный каталог // Библиотека СПбГИПСР: [сайт]. – Санкт-Петербург, [2014] – URL: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=435](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435) (дата обращения: 28.04.2021).

ЮРАЙТ: образовательная платформа: [сайт]. – Москва, 2013 – URL: <https://urait.ru/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

East View: information services: [сайт]. – [Москва], [1989] – URL: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

iBooks.ru: электронно-библиотечная система: [сайт]. – Санкт-Петербург, 2010 – URL: <https://ibooks.ru> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

#### Зарубежные ресурсы:

ScienceDirect: [сайт] / Elsevier. – [Амстердам], [1997] – URL: <https://www.sciencedirect.com/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

SpringerLink: [сайт] / Springer Nature. – [Гейдельберг], [2015] – URL: <https://link.springer.com/> (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

Заведующая библиотекой

\_\_\_\_\_ Г.Л. Горохова  
(подпись, расшифровка)