

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего  
образования  
«ДАГЕСТАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Факультет психологии и философии

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Когнитивно-поведенческая терапия**

**Кафедра психологии развития и профессиональной  
деятельности факультета психологии и философии**

Образовательная программа  
**37.03.01. Психология**

Профиль подготовки  
**Общий**

Уровень высшего образования  
**Бакалавриат**

Форма обучения  
**Очная, очно-заочная**

Статус дисциплины:  
*входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений*

Махачкала 2021

Рабочая программа дисциплины «Когнитивно-поведенческая терапия» составлена в 2021 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01. Психология (уровень бакалавриата) от 29.07.2020 г. № 839.

Разработчик(и): кафедра психологии развития и профессиональной деятельности,  
к.п.н., ст.препод.  
Доцент Нурмагомедова П.М. \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины одобрена:  
на заседании кафедры от 25.06.2021г., протокол № 10.  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Акбиева З.С.

на заседании Методической комиссии факультета психологии и философии  
от 28.06.2021 г., протокол № 10.  
Председатель \_\_\_\_\_ Билалов М.И.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением  
« 9 » \_\_\_\_\_ 2021г.

Начальник УМУ \_\_\_\_\_ Гасангаджиева А.Г.

Рабочая программа дисциплины «Когнитивно-поведенческая терапия» составлена в 2021 году в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01. Психология (уровень бакалавриата) от 29. 07.2020 г. № 839.

Разработчик(и): кафедра психологии развития и профессиональной деятельности,  
к.п.н., ст.препод.  
Доцент Нурмагомедова П.М. \_\_\_\_\_

Рабочая программа дисциплины одобрена:  
на заседании кафедры от 25. 06. 2021г., протокол № 10.  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ Акбиева З.С.

на заседании Методической комиссии факультета психологии и философии  
от 28. 06.2021 г., протокол № 10.  
Председатель \_\_\_\_\_ Билалов М.И.

Рабочая программа дисциплины согласована с учебно-методическим управлением  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2021г.

Начальник УМУ \_\_\_\_\_ Гасангаджиева А.Г.

## Аннотация рабочей программы дисциплины

Дисциплина «Когнитивно-поведенческая терапия» входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений по специальности 37.03.01. Психология.

Дисциплина реализуется на факультете психологии и философии кафедрой психологии развития и профессиональной деятельности.

Содержание дисциплины раскрывает концептуальные положения поведенческого и когнитивного подхода в консультировании, модели когнитивно-поведенческого подхода в консультировании, ведущие психотехнологии, разработанные в рамках классического, оперантного, социального бихевиоризма, в положениях рационально-эмотивной терапии А.Эллиса и когнитивной терапии А.Бека.

Дисциплина нацелена на формирование универсальных компетенций выпускника: ОПК-4,5; ПК-3.

Преподавание дисциплины предусматривает проведение следующих видов учебных занятий: лекции, практические занятия, самостоятельная работа.

Рабочая программа дисциплины предусматривает проведение промежуточного контроля успеваемости в форме контрольной работы, коллоквиума и итоговый контроль в форме зачета.

Объем дисциплины 1 зачетная единица, в том числе 36 академических часа по видам учебных занятий

### Очно

Семестр	Учебные занятия				СРС, в том числе зачет	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе					
	Контактная работа обучающихся с преподавателем					
	Всего	из них				
Лекции		Практические занятия	КСР			
6	36	18			18	зачет

### Очно-заочно

Семестр	Учебные занятия				СРС, в том числе зачет	Форма промежуточной аттестации (зачет, дифференцированный зачет, экзамен)
	в том числе					
	Контактная работа обучающихся с преподавателем					
	Всего	из них				
Лекции		Лабораторные занятия	КСР			
6	36	16	16		4	зачет

## 1. Цели освоения дисциплины

Целями освоения дисциплины «Когнитивно-поведенческая терапия» являются:

- усвоение системы знаний о концептуальных положениях поведенческого и когнитивного подхода в консультировании;
- владение категориальным аппаратом данного подхода;
- обучение навыкам владения ведущих психотехнологий, разработанных в рамках классического, оперантного, социального бихевиоризма, в положениях рационально-эмотивной терапии А.Эллиса и когнитивной терапии А.Бека.

## 2. Место дисциплины в структуре ООП бакалавриата

Дисциплина «Когнитивно-поведенческая терапия» *входит в часть, формируемую участниками образовательных отношений* магистратуры по направлению подготовки 37.03.01. Психология.

«Когнитивно-поведенческая терапия» направлена на профессиональную подготовку в области практической психологии.

Содержание курса основано на знаниях, полученных из других курсов: психокоррекция, психологическое консультирование, психотерапия и др. Дисциплина «Когнитивно-поведенческий подход в консультировании» имеет междисциплинарные связи с такими курсами как «Психологическое консультирование», «Психодиагностика», «Психокоррекция и реабилитация», «Семейное и профессиональное консультирование», «Психотерапия» и др. Данный курс предназначен для понимания специфики когнитивно-бихевиорального направления в отличие от таких направлений как психоанализ, экзистенциальный подход и др.; овладения базовыми знаниями и умениями методов и техник, разработанных в данном направлении.

## 3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (перечень планируемых результатов обучения и процедура освоения).

Код и наименование компетенции из ОПОП	Код и наименование индикатора достижения компетенций (в соответствии с ОПОП)	Планируемые результаты обучения	Процедура освоения
ОПК-4	Способен использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с	ИОПК – 4.1. Знает основные стратегии, виды и формы вмешательства, принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера,	Устный опрос, подготовка к презентации, письменный опрос;

	ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования.	основные подходы к идентификации индивидуальной и статистической нормы в контексте оказания психологической помощи. ИОПК – 4.2. Владеет базовыми приемами психологической помощи, развивающими и коррекционными технологиями, методами индивидуальной и групповой работы.	
ОПК-5	Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера	ИОПК – 5.1. Умеет организовывать мероприятия по оказанию психологической помощи, применять стандартные программы психологического сопровождения, развития и коррекции в основных областях деятельности психолога	Устный опрос, подготовка к презентации, письменный опрос;
ПК-3	Способен осуществлять разработку и реализовывать психопрофилактические и психокоррекционные программы, направленные на оказание психологической помощи в решении жизненных проблем клиентов, психологическое сопровождение их профессиональной деятельности, применять технологии набора, отбора и расстановки кадров, аттестации, работы с кадровым резервом организации, супервизии	- Знает: методологические принципы разработки психопрофилактических и психокоррекционных программ оказания психологической помощи в решении жизненных проблем клиентов; - Умеет: осуществлять психологическое сопровождение профессиональной деятельности клиентов в их профессиональной деятельности; - Владеет: технологиями грамотного набора, отбора, расстановки кадров, а также навыками проведения аттестации кадрового состава организации и супервизии	Устный опрос, подготовка к презентации, письменный опрос;
	ПК-3.1. Осуществляет разработку и реализацию психопрофилактических и психокоррекционных программ, направленных на оказание психологической помощи в решении жизненных проблем клиентов - ПК-3.2. Осуществляет психологическое сопровождение профессиональной деятельности клиентов - ПК-3.3. Применяет технологии набора, отбор и расстановки кадров, аттестации, работы с кадровым резервом организации, супервизии		

#### 4. Объем, структура и содержание дисциплины.

4.1. Объем дисциплины составляет 1 зачетная единица, 36 академических часа.

## 4.2. Структура дисциплины.

### Структура дисциплины в очной форме

#### Очно

№ п/п	Разделы и темы дисциплины	семестр	неделя	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа в	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				лекции	практические	лабораторные		
<b>Модуль 1. Основные теоретические положения когнитивно-поведенческого направления, стратегии и техники консультирования в когнитивно-бихевиоральной психотерапии</b>								
1	Тема 1. Введение в курс когнитивно-поведенческого направления в консультировании	6		4			4	Опрос, подготовка презентации. Круглый стол
2	Тема 2. Когнитивная психотерапия А.Бека.			2			2	
3	Тема 3. Когнитивные модели депрессивных и тревожных расстройств			4			4	Опрос, подготовка презентации. Круглый стол
4	Тема 4. Показания к применению методов когнитивнобихевиорального подхода в консультировании.			4			4	Опрос, Круглый стол
5	Тема 5. Основные модели когнитивно-бихевиорального подхода в консультировании			4			4	Опрос, подготовка презентации. Круглый стол
	<b>Итого по модулю 1:36</b>			18			18	
	<b>ИТОГО: 36</b>			18			18	<i>зачет</i>

#### Очно-заочно

№ п/п	Разделы и темы дисциплины	семестр	неделя	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Самостоятельная работа в	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				лекции	практические	лабораторные		
<b>Модуль 1. Основные теоретические положения когнитивно-поведенческого</b>								

<b>направления, стратегии и техники консультирования в когнитивно-бихевиоральной психотерапии</b>								
1	Тема 1. Введение в курс когнитивно-поведенческого направления в консультировании	6		4		4	2	Опрос, подготовка презентации. Круглый стол
2	Тема 2. Когнитивная психотерапия А.Бека.			4		4		Опрос, подготовка презентации.
3	Тема 3. Когнитивные модели депрессивных и тревожных расстройств			4		4		Опрос, Круглый стол
4	Тема 4. Показания к применению методов когнитивно-бихевиорального подхода в консультировании.			4		4	2	Опрос, подготовка презентации. Круглый стол
5	Тема 5. Основные модели когнитивно-бихевиорального подхода в консультировании							
	<b>Итого по модулю 1:36</b>			16			4	
	<b>ИТОГО: 36</b>			16		16	4	зачет

#### **4.3.1. Содержание лекционных занятий по дисциплине**

### **Модуль №1. Основные теоретические положения когнитивно-поведенческого направления, стратегии и техники консультирования в когнитивно-бихевиоральной психотерапии**

#### **Тема 1. Введение в курс когнитивно-поведенческого направления в консультировании**

Когнитивно-бихевиоральная психотерапия как одно из ведущих направлений современной практической психологии. Модели когнитивнобихевиоральных подходов: модели терапии, близкие к классическому психоанализу и основанные на теории научения; модели, основанные на теории информации, использующие принципы поэтапного построения внутренних моделей для переработки информации и регуляции поведения на их основе. Модели, основанные на интеграции принципов теории научения и теории информации, а также принципов реконструкции дисфункциональных когнитивных процессов и некоторых принципов динамической психотерапии.

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

Двухуровневая схема когнитивных процессов: динамические компоненты как подвижные, меняющиеся и структурные как постоянные, устойчивые когнитивные образования, представляющие собой верования, убеждения и установки. Когнитивные процессы как источник эмоциональных состояний. Модификация мыслей как основной способ изменения поведения и неадекватных эмоциональных состояний. Направленность психотерапевтических техник на выявление, осознание и модификацию



дисфункциональных мыслей и убеждений. Интегративный характер когнитивной психотерапии – стратегия психотерапевтической работы как переход от поверхностных ситуативно разворачивающихся мыслей к глубинным, устойчивым структурным образованиям.

### **Тема 3. Когнитивные модели депрессивных и тревожных расстройств.**

Когнитивная триада депрессии: негативный взгляд на жизнь, негативный взгляд на будущее, негативный взгляд на себя. Фиксации на теме реальной или мнимой утраты. Онтогенетические факторы депрессии: утрата одного из родителей в детстве, родители, имеющие жесткие, ригидные схемы правил, дефицит социального опыта, физический дефект. Особенности когнитивных процессов при депрессии: высокий уровень безнадежности и трудности в принятии решений. Суицидальное поведение. Мотивационные, поведенческие и физические симптомы депрессии. Эмоциональные компоненты депрессии: тоска, пассивность, самообвинения, снижение мотивации.

### **Тема 4. Показания к применению методов когнитивно-бихевиорального подходов в консультировании.**

Показания к применению методов когнитивно-бихевиорального подходов в консультировании: способность клиента к интроспекции, рефлексии и ответственности, наличие когнитивных искажений, мотивация клиента, наличие достаточной воли к выздоровлению. Факторы, затрудняющие реализацию когнитивной терапии: негативные убеждения о терапии, высокий уровень тревоги клиента, низкий интеллект, отсутствие согласия в целях терапии, психическая неадекватность.

### **Тема 5. Основные модели когнитивно-бихевиорального подхода в консультировании.**

Модели когнитивно-бихевиоральных подходов – модели терапии, близкие к классическому психоанализу и основанные на теории научения: классическое научение Дж.Уотсона, оперантное научение Б.Скиннера, социальное научение А.Бандуры, техники «наводнения», шейпинга и др. Модели, основанные на теории информации, использующие принципы поэтапного построения внутренних моделей для переработки информации и регуляции поведения на их основе: терапия как решение проблем в результате переработки информации, тренинг навыков совладания и др. Модели, основанные на интеграции принципов теории научения и теории информации, а также принципов реконструкции дисфункциональных когнитивных процессов и некоторых принципов динамической психотерапии: рационально-эмотивная теория Эллиса и когнитивная психотерапия А.Бека.

### **4.3.2. Содержание лабораторных занятий по дисциплине.**

## **Модуль №1. Основные теоретические положения когнитивно-бихевиориального направления**

### **Тема 1. Методологические основы поведенческого подхода в консультировании и психотерапии**

Цель занятия: осмысление методологических основ поведенческого направления в консультировании

1. Основные теоретические положения бихевиоризма как базовые для формирования терапевтических подходов;
2. Классическое обуславливание Д. Уотсона;
3. Оперантное научение Б. Скиннера;
4. Социальное научение А. Бандуры;
5. Техники иммерсии, наводнения и др.

### **Тема 2. Теоретические положения когнитивного подхода в консультировании и психотерапии**

Цель занятия: усвоить основные теоретические положения когнитивной психотерапии

1. Общая характеристика неадаптивных мыслей;
2. Факторы формирования неадаптивных мыслей;
3. Типология алогизмов А. Бека;

### **Тема 3. Когнитивная психотерапия А. Бека**

Цель занятия: выявить особенности теории и практики когнитивной психотерапии А. Бека

1. Уровни когнитивных процессов;
2. Влияние когнитивных процессов на эмоциональные состояния и поведение индивида;
3. Способы модификации мыслей;
4. Преимущества когнитивного подхода А. Бека.

### **Тема 4. Когнитивные модели депрессивных и тревожных расстройств**

Цель занятия: усвоить специфические особенности депрессивных и тревожных расстройств

1. Основные характеристики депрессивных и тревожных расстройств;
2. Факторы возникновения и развития депрессивных и тревожных расстройств;
3. Особенности когнитивных процессов при депрессии.

### **Тема 5. Сравнительный анализ когнитивного и психоаналитического подходов в психотерапии**

Цель занятия: понимание преемственности и взаимосвязи когнитивного и психоаналитического подходов в психотерапии

1. Интегративный характер когнитивной психотерапии;
2. Роль бессознательных механизмов в формировании неадаптивных мыслей;
3. Отличительные особенности и преимущества когнитивной психотерапии.

## **Тема 6. Основные этапы и техники когнитивной психотерапии**

Цель занятия: усвоение и отработка техник когнитивной психотерапии

1. Основные тенденции когнитивной психотерапии: когнитивноаналитическое (Д.Келли), когнитивно-поведенческое (А.Бек, А.Эллис);
2. Основные этапы выявления автоматических мыслей;
3. Методы коррекции тревожных и депрессивных состояний по А.Беку;
4. Рационально-эмотивная терапия А.Эллиса.

## **Тема 7. Показания к применению методов когнитивно-бихевиорального подходов в консультировании**

Цель занятия: усвоение и осмысление основных показаний к применению когнитивной психотерапии

1. Показания к применению методов когнитивно-бихевиорального подходов в консультировании;
2. Факторы, затрудняющие реализацию когнитивной терапии;
3. Этические аспекты психотерапии.

## **5.Образовательные технологии**

В процессе изучения курса «Когнитивно-поведенческий подход в консультировании» используются как традиционные образовательные технологии (лекции, семинары), так и инновационные. Активно используются Интернеттехнологии (поиск и обработка информации, заказ книжных изданий, интернетссылки), создание и разрешение проблемных ситуаций. При проведении лекционных занятий используются активные и интерактивные методы обучения, формирующие установку на активность и повышение учебной мотивации магистрантов. При проведении лабораторных занятий используются дискуссионные, проблемные, эвристические и исследовательские методы, формирующие творческую активность магистрантов. На лабораторных занятиях отрабатываются некоторые навыки коррекционной работы с клиентами с элементами тренинга и ролевых игр.

## **6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов.**

Основными видами самостоятельной работы являются: изучение содержания учебников, учебных пособий, монографий, статей по дисциплине, подготовка докладов, конспектирование, рефератов, поиск литературы, отработка психокоррекционных техник, подготовка к промежуточному и итоговому контролю по заданным вопросам, подготовка к выступлению на конференциях, семинарах, подготовка статьи для публикации. Контроль самостоятельной работы проводится в форме оценивания выступлений на практических занятиях, собеседования и обсуждения докладов и рефератов, коллоквиумов на этапе промежуточного контроля и итогового зачета в конце семестра. Методические указания предполагают рекомендации по подготовке к лабораторным занятиям, промежуточному и итоговому контролю, самостоятельной работе, написанию реферативных работ. Целью лабораторных занятий является усвоение и закрепление полученной на лекциях информации, моделирование практических ситуаций, проверка эффективности работы, проведенной магистрантами

самостоятельно. В ходе подготовки к занятиям следует самостоятельно изучить материал, представленный в рекомендованной преподавателем учебной литературе и монографиях. Важной составляющей подготовки к семинару является работа с научными статьями в ведущих специализированных изданиях. В итоге подготовки к занятию студент должен иметь представление о состоянии изучаемой области в современной науке. Условиями осуществления самостоятельной работы являются: во-первых, знакомство с учебной программой, так как в ней раскрыто содержание учебного курса, выделены основные проблемы, указан перечень литературы. Во-вторых, студенты должны быть ознакомлены с заданиями по самостоятельной работе. В третьих, самостоятельная работа должна получить соответствующую оценку при ответах во время проведения занятия и осуществлении промежуточного контроля.

## **7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

### **7.1. Типовые контрольные задания**

#### **Вопросы для подготовки к промежуточному контролю**

#### **Модуль I. Основные теоретические положения когнитивно-бихевиорального направления, стратегии и техники консультирования в когнитивно-бихевиоральной психотерапии**

1. Основные теоретические положения бихевиоризма как базовые для формирования терапевтических подходов.
2. Классическое обуславливание Д. Уотсона.
3. Оперантное научение Б. Скиннера.
4. Социальное научение А. Бандуры.
5. Техники иммерсии, наводнения и др.
6. Общая характеристика неадаптивных мыслей.
7. Факторы формирования неадаптивных мыслей.
8. Типология алогизмов А. Бека.
9. Уровни когнитивных процессов.
10. Влияние когнитивных процессов на эмоциональные состояния и поведение индивида.
11. Способы модификации мыслей.
12. Преимущества когнитивного подхода А. Бека.
13. Основные характеристики депрессивных и тревожных расстройств.
14. Факторы возникновения и развития депрессивных и тревожных расстройств.
15. Особенности когнитивных процессов при депрессии.
16. Интегративный характер когнитивной психотерапии.
17. Роль бессознательных механизмов в формировании неадаптивных мыслей.
18. Отличительные особенности и преимущества когнитивной психотерапии.
19. Основные тенденции когнитивной психотерапии: когнитивно-аналитическое (Д. Келли), когнитивно-поведенческое (А. Бек, А. Эллис).
20. Основные этапы выявления автоматических мыслей.
21. Методы коррекции тревожных и депрессивных состояний по А. Беку.
22. Рационально-эмотивная терапия А. Эллиса

23. Показания к применению методов когнитивно-бихевиоральных подходов в консультировании
24. Факторы, затрудняющие реализацию когнитивной терапии
25. Этические аспекты психотерапии.

### **Вопросы для подготовки к зачету**

1. Основные теоретические положения бихевиоризма как базовые для формирования терапевтических подходов.
2. Классическое обуславливание Д. Уотсона.
3. Оперантное научение Б. Скиннера.
4. Социальное научение А. Бандуры.
5. Техники иммерсии, наводнения и др.
6. Общая характеристика неадаптивных мыслей.
7. Факторы формирования неадаптивных мыслей.
8. Типология алогизмов А. Бека.
9. Уровни когнитивных процессов.
10. Влияние когнитивных процессов на эмоциональные состояния и поведение индивида.
11. Способы модификации мыслей.
12. Преимущества когнитивного подхода А. Бека.
13. Основные характеристики депрессивных и тревожных расстройств
14. Факторы возникновения и развития депрессивных и тревожных расстройств.
15. Особенности когнитивных процессов при депрессии. Интегративный характер когнитивной психотерапии.
16. Роль бессознательных механизмов в формировании неадаптивных мыслей.
17. Отличительные особенности и преимущества когнитивной психотерапии.
18. Основные тенденции когнитивной психотерапии: когнитивно-аналитическое (Д. Келли), когнитивно-поведенческое (А. Бек, А. Эллис).
19. Основные этапы выявления автоматических мыслей.
20. Методы коррекции тревожных и депрессивных состояний по А. Беку
21. Рационально-эмотивная терапия А. Эллиса.
22. Показания к применению методов когнитивно-бихевиоральных подходов в консультировании.
23. Факторы, затрудняющие реализацию когнитивной терапии.
24. Этические аспекты психотерапии.

### **7.2. Методические материалы, определяющие процедуру оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Общий результат выводится как интегральная оценка, складывающаяся из текущего контроля – 50% и промежуточного контроля – 50%.

Текущий контроль по дисциплине включает:

- посещение занятий – 10 баллов,
- выполнение лабораторных заданий – 100 баллов,
- выполнение домашних (аудиторных) контрольных работ 100 баллов.

Промежуточный контроль по дисциплине включает:

- устный опрос – 100баллов,
- письменная контрольная работа – 100баллов,
- тестирование – 100баллов.

## **8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины**

### ***а) основная литература:***

1. Бек А., Раш А., Шо Б., Эмери Г. Когнитивная терапия депрессии. – СПб.: Питер, 2010.
2. Бек, Джудит С. Когнитивная терапия: полное руководство: Пер. с англ. – М.: ООО «И.Д. Вильямс», 2009. – 400 с.
3. Гулина М.А., Зинченко Ю.П. Консультативная психология. Учебник для вузов. – СПб., Питер, 2015. – 336 с.
4. Когнитивная психотерапия расстройств личности / Под ред. А.Бека, А.Фримена.- СПб.: Питер, 2012. - 544 с.
5. Лазарус А. Краткосрочная мультимодальная психотерапия. – СПб.: Речь, 2011. – 256 с.
6. Мак-Маллин Р. Практикум по когнитивной терапии: Пер. с англ. – СПб.: Речь, 2011. – 560 с.
7. Фёдоров А.П. Когнитивно-поведенческая психотерапия. – СПб.: Питер, 2012. – 352 с.
8. Эллис А., Макларен К. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия: руководство для психотерапевтов / Пер. с англ. Н.Б. Ярошевский. – Ростов н/Д: Феникс, 2010. – 157 с.
9. Линде Н.Д. Психологическое консультирование. Теория и практика [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов / Н.Д. Линде. — Электрон. текстовые данные. — М. : Аспект Пресс, 2013. — 272 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8876.html> (дата обращения 15.05.2018)
10. Ишкова, М.А. Основы психологического консультирования : учебнометодическое пособие / М.А. Ишкова. - 2-е изд., стер. – М.: Издательство «Флинта», 2015. - 115 с.; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461088> (15.05.2018)

### ***б) дополнительная литература:***

1. Александров А.А. Психотерапия: учебное пособие. – СПб.: Питер, 2004. – 480 с.
2. Бишоп С. Тренинг ассертивности. – СПб.: Питер, 2001. – 208 с.
3. Берг-Кросс Л. Терапия супружеских пар / Перев.с англ. Н.Расказовой, А.Багрянцевой. – М.: Изд-во Института психотерапии, 2004. – 528 с.
4. Бихевиорально-когнитивная психотерапия детей и подростков/ Под общей редакцией проф. Ю.С.Шевченко. – СПб.: Речь, 2003. – 552 с.
5. Воликова С.В., Холмогорова А.Б. Семейные источники негативной когнитивной схемы при эмоциональных расстройствах (на примере тревожных, депрессивных и соматоформных расстройств // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. № 4. С. 49-60.

6. Ги Лефрансуа. Теории научения. Формирование поведения человека. – СПб.: Прайм-Еврознак, 2003. – 278 с.
7. Дауд Е. Когнитивная гипнотерапия. – СПб.: Питер, 2003. - 224 с.
8. Дернер Д. Логика неудачи: Стратегическое мышление в сложных ситуациях / Пер. с нем. – М.: Смысл, 1997. – 240 с.
9. Дилтс Р. Фокусы языка. Изменение убеждений с помощью НЛП.– СПб.: Питер, 2002. –302 с.
- 10.Келли А.Дж. Теория личности. – СПб.: Речь, 2000. – 249 с.

### **9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины**

1. <http://www.razvitie.com.ua/tests.htm> Книги по психологии по тематике дисциплины.
2. <http://magazine.mospsy.ru/> «Московский психологический журнал».
3. <http://www.psychological.ru> Изучение психологии онлайн. Библиотека. Разделы «Методология и теория» и «Психологические исследования».
4. [www.psybook.ru](http://www.psybook.ru) - сайт психологической литературы (учебники, монографии).
5. [www.psyche.ru](http://www.psyche.ru) - сайт психологической литературы (учебники, монографии).
6. [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru) - сайт психологической литературы (учебники, монографии).
7. [www.aspectpress.ru](http://www.aspectpress.ru) - сайт психологической литературы (учебники, монографии).
8. <http://pedlib.ru/> Каталог книг библиотеки (психология)
9. <http://www.koob.ru/> сайт психологической литературы (учебники, монографии).
10. [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Psihol/Index.php](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/Index.php) Электронная библиотека
11. [http://www.al24.ru/pdf\\_kniga\\_15474.html](http://www.al24.ru/pdf_kniga_15474.html) Библиотека психологической литературы
12. <http://e-library.su/books-on-psychology/> Библиотека психологической литературы
13. <http://book-online.com.ua/> сайт психологической литературы (учебники, монографии).
14. <http://www.voppsy.ru/index.htm> Журнал «Вопросы психологии». Раздел по методологии и теории.
15. <http://psyjournals.ru/> «Психологический журнал».
16. <http://npsyj.ru/> «Национальный психологический журнал».
17. <http://do.gendocs.ru/> Лекции, доклады, уроки, справочники.

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

Приступая к изучению учебной дисциплины, студенты должны ознакомиться с учебной программой, учебной, научной и методической литературой, имеющейся в библиотеке, получить в библиотеке рекомендованные учебники и учебно-методические пособия, завести новую тетрадь для конспектирования лекций и работы с первоисточниками.

В ходе лекционных занятий вести конспектирование учебного материала. Обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации. Желательно оставить в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из

рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений. Задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций.

В ходе подготовки к семинарам изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях: журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы. Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой. Подготовить тезисы для выступлений по всем учебным вопросам, выносимым на семинар.

Готовясь к докладу или реферативному сообщению, обращаться за методической помощью к преподавателю. Составить план-конспект своего выступления. В ходе семинарского занятия внимательно слушать выступления своих однокурсников. При необходимости задавать им уточняющие вопросы. Принимать активное участие в обсуждении учебных вопросов: выступать с докладами, рефератами, обзорами научных статей, отдельных публикаций периодической печати, касающихся содержания темы семинарского занятия.

В ходе своего выступления использовать технические средства обучения, доску и мел.

С целью более глубокого усвоения изучаемого материала задавать вопросы преподавателю. После подведения итогов семинара устранить недостатки, отмеченные преподавателем.

При подготовке к зачету (в конце семестра) повторять пройденный материал в строгом соответствии с учебной программой, примерным перечнем учебных вопросов, выносящихся на зачет и содержащихся в данной программе. Использовать конспект лекций и литературу, рекомендованную преподавателем. Обратит особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных студентом по разным причинам. При необходимости обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений магистрантов. Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

## **11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Основным средством информационных и коммуникационных технологий (ИКТ) является для информационной среды образовательной системы является персональный компьютер, возможности которого определяются установленным на нем программным обеспечением. В процессе освоения дисциплины используются универсальные офисные прикладные программы и средства ИКТ:



текстовые процессоры, электронные таблицы, программы подготовки презентаций, системы управления базами данных, органайзеры, графические пакеты, системы статистической обработки данных, интернет-телефония, глобальная сеть Интернет, предоставляющий возможность мгновенного доступа к мировым информационным ресурсам: электронным библиотекам, базам данных и миллиардам мультимедийных документов.

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебники, Интернет, лабораторные методические комплексы, компьютерный класс. Для осуществления видеопрезентаций с целью более эффективного усвоения знаний необходимо компьютерное и мультимедийное оборудование.