

Аннотация дисциплины М.1.2.5 Дисциплина. Когнитивно-поведенческая психология

Дисциплина "Когнитивно-поведенческая психология" изучается обучающимися по основной профессиональной образовательной программе "Консультативная психология и лечебно-адаптивная педагогика" направления подготовки "37.04.01 Психология".

Дисциплина изучается в 5 триместре. Общая трудоемкость дисциплины составляет 252/7 часов/з.ед. Самостоятельная работа заключается в выполнении работ, указанных в разделе 4.

В ходе изучения дисциплины осуществляется текущий контроль в форме технологии рейтингового контроля в соответствии с технологической карты дисциплины, размещенной на электронном курсе, а также промежуточный контроль в форме балльно-рейтинговый контроль.

Целью изучения дисциплины является формирование следующих компетенций:

1. УК-3 Способен организовывать и руководить работой команды, вырабатывая командную стратегию для достижения поставленной цели

В ходе изучения дисциплины последовательно рассматриваются темы:

1. Место и роль когнитивно-бихевиорального консультирования и психотерапии в психологической науке и практике. Общее представление различных направлений, подходов и школ в системе когнитивно-поведенческого консультирования и оказания психологической помощи.

Обоснование когнитивно-поведенческой психотерапии, ее принципы и преимущества

2. Концептуальные основы когнитивно-поведенческой практики. Феноменология адаптивного и дезадаптивного поведения и мышления. Внутреннее и внешнее поведение. Психическое здоровье.

Дезадаптивное поведение. Общее представление о психических расстройствах и психопатологии. Невротическое поведение. Выученная беспомощность. Мистическое поведение.

Когнитивные модели тревожных и депрессивных расстройств. Факторы возникновения и основные характеристики

3. Диагностика в когнитивно-бихевиоральной психологии.

Диагностическое интервью: структура и техники.

Опросники в КБТ.

Применение метода тестирования в когнитивно-поведенческой психологии (на примере диагностики эмоциональной сферы, депрессий, тревоги, расстройств пищевого поведения).

Особенности когнитивно-поведенческого консультирования. Основные аспекты терапевтических взаимоотношений. Принципы и этические аспекты консультирования.

Сильные стороны и ограничения когнитивно-поведенческого консультирования.

Целостный подход к своей (и другой) личности. Когнитивно-бихевиоральная психология о самооценке. Концепция самопринятия. Внешние критерии самооценки. Самопринятие и саморазвитие.

Личностное развитие. Личностные ценности. Оптимизация образа жизни. Цели на будущее.

Принципы позитивного мышления. Неизбежность неопределенности. Преадаптация

Основными стратегическими образовательными технологиями являются: дискуссионные, исследовательские, лекционные занятия, практические занятия, процедуры самообучения, тренинговые.

В рамках указанных технологий применяются тактические образовательные технологии: задания, информационные, классическая лекция.