

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Стегний Кирилл Владимирович  
Должность: И.о. ректора  
Дата подписания: 08.10.2026 12:15:36  
Уникальный программный идентификатор:  
d59234ba928aea5c04c54eb9013a367220b6b2ae

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Тихоокеанский государственный медицинский университет»  
Министерства здравоохранения Российской Федерации

«УТВЕРЖДАЮ»

Заведующий кафедрой

 / Кравцова Н.А./  
«15» апреля 2026\_\_.

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЕЙ И  
ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ  
Б1.О.67 КОГНИТИВНО-БИХЕВИОРАЛЬНАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ**

(наименование дисциплины (модуля))

**Направление подготовки  
(специальность)**

37.05.01 Клиническая психология  
(код, наименование)

**Уровень подготовки**

специалитет

(специалитет/магистратура)

**Направленность подготовки**

02 Здравоохранение (в сферах:  
психодиагностическая, консультативная  
и психотерапевтическая, экспертная  
деятельность в процессе лечения,  
реабилитации и профилактики  
заболеваний, поддержания здорового  
образа жизни среди населения, при  
работе с пациентами в рамках лечебно-  
восстановительного процесса и  
психолого-просветительской  
деятельности в рамках  
профилактических программ для  
здорового населения)

**Форма обучения**

очная  
(очная, очно-заочная)

**Срок освоения ООП**

5 л. 6 м.  
(нормативный срок обучения)

**Институт/кафедра**

Клинической психологии

При разработке методических рекомендаций для преподавателей и обучающихся по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия в основу положены:

1) ФГОС ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология утвержденный Министерством высшего образования и «26» мая 2020 г. № 683 науки Российской Федерации

2) Учебный план по специальности 37.05.01 Клиническая психология (уровень специалитета), направленности 02 Здравоохранение в сфере профессиональной деятельности в процессе лечения, реабилитации и профилактики заболеваний, поддержания здорового образа жизни среди населения, при работе с пациентами в рамках лечебно-восстановительного процесса и психолого-просветительской деятельности в рамках профилактических программ для здорового населения, утвержденный ученым советом ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России «27» марта 2026 г., Протокол № 1-7/25-26.

Методические рекомендации для преподавателей и обучающихся по дисциплине разработаны авторским коллективом кафедры клинической психологии ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России, под руководством заведующей кафедрой доцента, доктора психологических наук Кравцовой Натальи Александровны.

**Разработчики:**

Доцент кафедры клинической  
психологии

---

Кандидат психологических  
наук

---

Катасонова Анна  
Васильевна

---

## 1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Методические рекомендации по изучению дисциплины Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия представляют собой комплекс рекомендаций и разъяснений, позволяющих оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины.

Для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия необходимо регулярно разбирать материалы лекций, отвечать на вопросы для самоконтроля. Во время самостоятельной проработки лекционного материала особое внимание следует уделять возникающим вопросам, непонятным терминам, спорным точкам зрения. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Лекционный материал организует мыслительную деятельность обучающихся, а практические занятия обеспечивают глубину усвоения материала дисциплины.

При подготовке к практическому занятию особое внимание необходимо обращать на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале.

Для организации самостоятельного изучения тем дисциплины используются материалы фондов оценочных средств.

Самостоятельная работа студентов обеспечивается следующими условиями:

1. наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;
2. создание системы регулярного контроля качества выполненной самостоятельной работы;
3. консультационная помощь преподавателя.

Методический материал для самостоятельной подготовки представляется в виде литературных источников. В список учебно-методических материалов для самостоятельной работы обучающихся входит перечень библиотечных ресурсов учебного заведения и других материалов, к которым обучающийся имеет возможность доступа.

Самостоятельная работа – вид контактной внеаудиторной работы преподавателей и обучающихся по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия. Контроль самостоятельной работы осуществляется ведущим преподавателем. Оценка самостоятельной работы учитывается при проведении промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия.

Текущий контроль по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия предназначен для проверки индикаторов достижения компетенций, стимулирования учебной работы обучающихся и совершенствования методики освоения новых знаний. Текущий контроль по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия проводится в течение семестра по всем видам и разделам учебной дисциплины, охватывающим компетенции, формируемые дисциплиной: доклады-презентации, работа в малых группах, групповое обсуждение, дискуссия, творческие задания, выполнение практических упражнений. Текущий контроль знаний студентов, их подготовки к практическим занятиям осуществляется на каждом занятии.

Промежуточная аттестация предназначена для определения уровня освоения индикаторов достижения компетенций. Проводится в форме экзамена после освоения обучающимся всех разделов дисциплины Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия и учитывает результаты обучения по дисциплине по всем видам работы студента на протяжении всего периода обучения по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия.

Время, отведенное для промежуточной аттестации, указано в графике учебного процесса.

Задания для практических работ, а также задания для подготовки к текущему и промежуточному контролю приведены в фонде оценочных средств по дисциплине Б1.О.67

Когнитивно-бихевиоральная психотерапия. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Перед консультацией, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

## 2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ЛЕКЦИОННЫМ ЗАНЯТИЯМ

Таблица 1. Методические указания к лекционным занятиям по дисциплине Б1.О.67  
Когнитивно-бихевиоральная психотерапия

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| <b>Тема №1 Особенности и характерные черты когнитивно-поведенческой психотерапии, ее отличия от других видов психотерапии, заблуждения и предубеждения относительно КБТ.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |   |
| Продолжительность лекционного занятия (в академических часах):                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | 2 |
| <p><i>Цель лекционного занятия:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Раскрыть характерные особенности когнитивно-поведенческой психотерапии.</li> <li>2. Сформировать представление об отличиях когнитивно-поведенческой психотерапии от других направлений психотерапии.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |   |
| <p><i>План лекции, последовательность ее изложения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные понятия современной КБТ.</li> <li>2. Взаимовлияние внешних факторов и внутреннего приобретаемого опыта.</li> <li>3. Заблуждения и предубеждения относительно КБТ.</li> <li>4. Особенности поведенческой психотерапии.</li> <li>5. Характеристики современной поведенческой терапии.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |   |
| <p><i>Рекомендованная литература:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский М. : Юрайт, 2026. - 194 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> <li>2. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учеб. пособие</li> <li>3. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова М. : Юрайт, 2026. - 211 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> <li>3. Когнитивная психотерапия расстройств личности (электронный ресурс) Бек А., Фримен А. Серия: Мастера психологии. – Изд-во: Питер, 2019. – 448 с.–URL: <a href="https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv">https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv</a></li> <li>4. Поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов [Электронный ресурс] В. Г. Ромек М. : Юрайт, 2026. - 192 с. URL: <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a></li> <li>5. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии : практическое пособие А. О. Шарапов, О. В. Матвеев М. : Юрайт, 2020. - 178 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> </ol> |   |
| <b>Тема №2 Когнитивные методы психотерапии. Рационально-эмотивная терапия (РЭТ) А. Эллиса.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |   |
| Продолжительность лекций (в академических часах):                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     | 2 |
| <p><i>Цель лекции:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сформировать представление о когнитивных методах психотерапии.</li> <li>2. Рассмотреть принципы, научные основания и философскую базу рационально-эмотивной терапии (РЭТ) А. Эллиса.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |   |
| <p><i>План лекции, последовательность ее изложения:</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Краткая история возникновения рационально-эмотивной терапии (РЭТ).</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |

2. Исторические предпосылки создания РЭТ, влияние философов и психологов на представления А. Эллиса.
3. Другие когнитивно-ориентированные терапии (Э. Берн, Г. Келли, А. Лоу и др.).
4. Рационально-эмотивная базисная теория концепции А. Эллиса.
5. Когнитивные методы психотерапии: краткая характеристика.

**Рекомендованная литература:**

1. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский М. : Юрайт, 2026. - 194 с. URL: <https://urait.ru/>
2. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учеб. пособие
3. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова М. : Юрайт, 2026. - 211 с. URL: <https://urait.ru/>
3. Когнитивная психотерапия расстройств личности (электронный ресурс) Бек А., Фримен А. Серия: Мастера психологии. – Изд-во: Питер, 2019. – 448 с.–URL: [https://www.koob.ru/beck\\_aaron/kognitivnaya\\_psihoterapiya\\_rasstroystv](https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv)
4. Поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов [Электронный ресурс] В. Г. Ромек М. : Юрайт, 2026. - 192 с. URL: <https://urait.ru>
5. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии : практическое пособие А. О. Шарапов, О. В. Матвеев М. : Юрайт, 2020. - 178 с. URL: <https://urait.ru/>

**Тема №3 Техники, приемы, методики поведенческой психотерапии. Основные принципы и понятия поведенческой терапии.**

Продолжительность лекций (в академических часах):

2

*Цель лекции:*

1. Сформировать представление об основных принципах и понятиях поведенческой терапии.
2. Рассмотреть техники, приемы, методики поведенческой психотерапии.

*План лекции, последовательность ее изложения:*

1. Основные принципы и понятия поведенческой терапии.
2. Метод десенсибилизации.
3. Стимульная конфронтация и помехи реагированию.
4. Модификация поведения с помощью метода жетонов, поведенческие договора и пр.
5. Стимульный контроль и скрытая сенсibilизация.
6. Методы формирования поведения.

**Рекомендованная литература:**

1. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский М. : Юрайт, 2026. - 194 с. URL: <https://urait.ru/>
2. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учеб. пособие
3. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова М. : Юрайт, 2026. - 211 с. URL: <https://urait.ru/>
3. Когнитивная психотерапия расстройств личности (электронный ресурс) Бек А., Фримен А. Серия: Мастера психологии. – Изд-во: Питер, 2019. – 448 с.–URL: [https://www.koob.ru/beck\\_aaron/kognitivnaya\\_psihoterapiya\\_rasstroystv](https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv)
4. Поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов [Электронный ресурс] В. Г. Ромек М. : Юрайт, 2026. - 192 с. URL: <https://urait.ru>
5. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии : практическое пособие А. О. Шарапов, О. В. Матвеев М. : Юрайт, 2020. - 178 с. URL: <https://urait.ru/>

### 3. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Таблица 2. Методические указания к практическим/лабораторным занятиям по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия

| <b>Тема №1 Теоретические источники когнитивно-бихевиоральной психотерапии: рационально-эмотивная терапия (РЭТ) А. Эллиса, когнитивная терапия А. Бека. Когнитивно-социальные теории научения. «Модельное научение» А. Бандура.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                           |                                                   |                           |  |  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|---------------------------------------------------|---------------------------|--|--|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах):                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4                         |                                                   |                           |  |  |
| <p>Цель практического занятия:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Рационально-эмотивная терапия (РЭТ) А. Эллиса.</li> <li>2. Когнитивная терапия А. Бека.</li> <li>3. Когнитивно-аналитический подход: теория личностных конструктов Дж. Келли.</li> <li>4. Когнитивно-социальные теории научения. «Модельное научение» А. Бандура.</li> <li>5. Другие методы социально-когнитивного научения - атрибуционная теория Вайнера, концепция выученной беспомощности Селингмена.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |                           |                                                   |                           |  |  |
| Условия для проведения занятия: учебная аудитория с возможностью перемещения мебели, наличием мультимедийного оборудования для демонстрации презентации в Power Point и видео.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                           |                                                   |                           |  |  |
| <p>Самостоятельная работа обучающегося: работа с конспектом лекций, основной и дополнительной литературой по подготовке к практическому занятию. Подготовиться к защите творческого задания в соответствии с требованиями. Составить дифференциальную таблицу: «Основные положения теорий когнитивного направления психологии».</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>Представители когнитивного направления психологии</th><th>Основные положения теории</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                           | Представители когнитивного направления психологии | Основные положения теории |  |  |
| Представители когнитивного направления психологии                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | Основные положения теории |                                                   |                           |  |  |
|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |                           |                                                   |                           |  |  |
| Методы контроля полученных знаний и навыков: доклады-презентации, групповое обсуждение, групповая дискуссия, работа в малых группах, творческое задание.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                           |                                                   |                           |  |  |
| <p>Рекомендованная литература:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский М. : Юрайт, 2026. - 194 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> <li>2. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учеб. пособие</li> <li>3. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова М. : Юрайт, 2026. - 211 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> <li>3. Когнитивная психотерапия расстройств личности (электронный ресурс) Бек А., Фримен А. Серия: Мастера психологии. – Изд-во: Питер, 2019. – 448 с.–URL: <a href="https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv">https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv</a></li> <li>4. Поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов [Электронный ресурс] В. Г. Ромек М. : Юрайт, 2026. - 192 с. URL: <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a></li> <li>5. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии : практическое пособие А. О. Шарапов, О. В. Матвеев М. : Юрайт, 2020. - 178 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> </ol> |                           |                                                   |                           |  |  |
| <b>Тема №2 Когнитивные методы: цели, техники, приемы. Когнитивная терапия личностных расстройств.</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |                           |                                                   |                           |  |  |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| Продолжительность практического занятия (в академических часах):                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4 |
| <p>Цель практического занятия - изучить:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные принципы и методы когнитивной модели психотерапии.</li> <li>2. Когнитивно-поведенческий подход к расстройствам личности.</li> <li>3. Когнитивные профили при различных расстройствах личности.</li> <li>4. Применение когнитивных методов и стратегий при различных расстройствах личности.</li> <li>5. КБТ при пограничных личностных расстройствах.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |   |
| <p>Условия для проведения занятия: учебная аудитория с возможностью перемещения мебели, наличием мультимедийного оборудования для демонстрации презентации в Power Point и видео</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |
| <p>Самостоятельная работа обучающегося: работа с конспектом лекций, основной и дополнительной литературой по подготовке к практическому занятию. Подготовиться к защите творческого задания в соответствии с требованиями. Составить таблицу: «Методы и стратегии психотерапии при расстройствах личности», «Когнитивные профили расстройств личности по А. Беку: чрезмерно и слабозразвитые паттерны».</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |   |
| <p>Методы контроля полученных знаний и навыков: доклады-презентации, групповое обсуждение, групповая дискуссия (открытая и закрытая в микрогруппах), творческое задание.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |   |
| <p>Рекомендованная литература:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский М. : Юрайт, 2026. - 194 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> <li>2. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учеб. пособие</li> <li>3. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова М. : Юрайт, 2026. - 211 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> <li>3. Когнитивная психотерапия расстройств личности (электронный ресурс) Бек А., Фримен А. Серия: Мастера психологии. – Изд-во: Питер, 2019. – 448 с.–URL: <a href="https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv">https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv</a></li> <li>4. Поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов [Электронный ресурс] В. Г. Ромек М. : Юрайт, 2026. - 192 с. URL: <a href="https://urait.ru">https://urait.ru</a></li> <li>5. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии : практическое пособие А. О. Шарапов, О. В. Матвеев М. : Юрайт, 2020. - 178 с. URL: <a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a></li> </ol> |   |
| <p><b>Тема №3 Метод систематической десенсибилизации Д. Вольпе: области применения, основные модификации.</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |   |
| Продолжительность практического занятия (в академических часах):                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | 4 |
| <p>Цель практического занятия - изучить:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Содержание метода систематической десенсибилизации Д. Вольпе.</li> <li>2. Показания и противопоказания к применению систематической десенсибилизации.</li> <li>3. Основные модификации метода систематической десенсибилизации.</li> <li>4. Техника спонтанного расслабления.</li> <li>5. Прогрессивное мышечное расслабление по Джекобсону.</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |
| <p>Условия для проведения занятия: учебная аудитория с возможностью перемещения мебели, наличием мультимедийного оборудования для демонстрации презентации в Power Point и видео</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |   |

Самостоятельная работа обучающегося: работа с конспектом лекций, основной и дополнительной литературой по подготовке к практическому занятию, подготовиться к защите творческого задания в соответствии с требованиями. 1. Практическая работа по формированию навыков построения иерархии ситуаций, вызывающих чувство страха (1 этап метода систематической десенсибилизации). 2. Тренинг релаксации. 3. Проведение сеанса десенсибилизации.

Методы контроля полученных знаний и навыков: доклады-презентации, групповое обсуждение, групповая дискуссия, работа в малых группах, творческое задание.

Рекомендованная литература:

1. Когнитивно-поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов Г. В. Залевский, Ю. В. Кузьмина, В. Г. Залевский М. : Юрайт, 2026. - 194 с. URL: <https://urait.ru/>
2. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход : учеб. пособие
3. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова М. : Юрайт, 2026. - 211 с. URL: <https://urait.ru/>
3. Когнитивная психотерапия расстройств личности (электронный ресурс) Бек А., Фримен А. Серия: Мастера психологии. – Изд-во: Питер, 2019. – 448 с.–URL: [https://www.koob.ru/beck\\_aaron/kognitivnaya\\_psihoterapiya\\_rasstroystv](https://www.koob.ru/beck_aaron/kognitivnaya_psihoterapiya_rasstroystv)
4. Поведенческая психотерапия : учеб. пособие для вузов [Электронный ресурс] В. Г. Ромек М. : Юрайт, 2026. - 192 с. URL: <https://urait.ru>
5. Современные технологии психологического консультирования и психотерапии : практическое пособие А. О. Шарапов, О. В. Матвеев М. : Юрайт, 2020. - 178 с. URL: <https://urait.ru/>

#### 4. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРОВЕДЕНИЮ ТЕКУЩЕГО И ПРОМЕЖУТОЧНОГО КОНТРОЛЯ

Таблица 3. Методические указания к проведению текущего и промежуточного контроля по дисциплине Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия

| Вид контроля           | Форма контроля                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |
|------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Текущий контроль       | <ul style="list-style-type: none"> <li>- подготовка к занятиям;</li> <li>- подготовка к текущему контролю;</li> <li>- подготовка творческих заданий по темам дисциплины - Составить таблицу: «Основные положения теорий когнитивного направления психологии», «Методы и стратегии психотерапии при расстройствах личности», «Когнитивные профили расстройств личности по А. Беку: чрезмерно и слабо развитые паттерны» и др.</li> <li>Практическая работа по формированию навыков построения иерархии ситуаций, вызывающих чувство страха (1 этап метода систематической десенсибилизации).</li> <li>Тренинг релаксации.</li> <li>Проведение сеанса десенсибилизации.</li> <li>- подготовка к тестированию.</li> </ul> |
| Промежуточный контроль | проводится в форме экзамена, на котором оценивается степень сформированности у обучающихся компетенций, в зависимости от типов задач профессиональной деятельности.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |

## **5 ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ И ИНВАЛИДОВ**

### **5.1. Наличие соответствующих условий реализации дисциплины**

Для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) на основании письменного заявления дисциплина реализуется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья (далее - индивидуальных особенностей). Обеспечивается соблюдение следующих общих требований: использование специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего такому обучающемуся необходимую техническую помощь, обеспечение доступа в здания и помещения, где проходят занятия, другие условия, без которых невозможно или затруднено изучение дисциплины.

### **5.2. Обеспечение соблюдения общих требований**

При реализации дисциплины на основании письменного заявления обучающегося обеспечивается соблюдение следующих общих требований: проведение занятий для обучающихся-инвалидов и лиц с ОВЗ в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими ограниченных возможностей здоровья, если это не создает трудностей обучающимся; присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего(их) обучающимся необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей; пользование необходимыми обучающимся техническими средствами с учетом их индивидуальных особенностей.

5.3. Доведение до сведения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья в доступной для них форме всех локальных нормативных актов ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России.

Все локальные нормативные акты ФГБОУ ВО ТГМУ Минздрава России по вопросам реализации дисциплины Б1.О.67 Когнитивно-бихевиоральная психотерапия доводятся до сведения обучающихся с ОВЗ в доступной для них форме.

5.4. Реализация увеличения продолжительности прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности для обучающегося с ограниченными возможностями здоровья

Форма проведения текущей и промежуточной аттестации по дисциплине для обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей (устно, письменно на бумаге, письменно на компьютере, в форме тестирования и т.п.). Продолжительность прохождения промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности увеличивается по письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья. Продолжительность подготовки обучающегося к ответу на экзамене увеличивается не менее чем на 0,5 часа.

## **6. КАДРОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Состав научно-педагогических работников, обеспечивающих осуществление образовательного процесса по дисциплине соответствует требованиям ФГОС ВО по специальности 37.05.01 Клиническая психология и размещен на сайте образовательной организации.

