



УЧЕБНЫЙ ПЛАН

дополнительная профессиональная программа профессиональной переподготовки

«Когнитивно-поведенческая психотерапия в работе психолога с дополнительной специализацией «когнитивно-поведенческий терапевт»

(дистанционная форма обучения 520 академических часа)

Срок обучения: 6 месяцев

Форма обучения: заочная (онлайн) с применением дистанционных образовательных технологий

Учебный план

№	Наименование раздела/темы	Объем (часов)	Форма контроля
Базовые понятия и теория КПТ			
1	История и современное состояние развития метода. Научное обоснование КПТ	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
2	Принципы работы и характеристика основных подходов КПТ	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
3	Модель практической работы в рамках когнитивно-бихевиорального подхода	24	Тестирование (2 ч), Практика (22 ч)
4	Модель работы, основанная на теории информации	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
5	Интеграция поведенческих и информационных подходов. РЭТ А. Эллиса	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)



6	Работа психолога в русле когнитивно-поведенческой психотерапии А. Бека	24	Тестирование (2 ч), Практика (22 ч)
7	Общая схема работы в структуре КПТ. Этапы и процесс терапевтической сессии	24	Тестирование (2 ч), Практика (22 ч)
8	Оценка эффективности работы, завершение работы и профилактика рецидивов	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
Раздел специальных дисциплин			
9	Использование КПТ в работе с аддикцией	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
10	Использование КПТ в работе с депрессивными симптомами	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
11	Использование КПТ в работе с тревожностью и фобиями	24	Тестирование (2 ч), Практика (22 ч)
12	Использование КПТ в работе с расстройствами пищевого поведения	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
13	Использование КПТ в работе с обсессивно-компульсивным и расстройствами	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
14	Использование КПТ в преодолении прокрастинации	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
15	Метакогнитивный подход	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)



16	Mindfulness – терапия, основанная на осознанности	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
17	Диалектико-поведенческая терапия	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
18	Десенсибилизация и переработка движениями глаз	20	Тестирование (2 ч), Практика (18 ч)
19	Схема-терапия	24	Тестирование (2 ч), Практика (22 ч)
20	Выпускная квалификационная работа	40	Итоговая защита ВКР

ИТОГО: 520 академических часов

Форма контроля

Текущий контроль проводится с помощью тестов и практических заданий по каждой лекции.

Итоговым этапом является выполнение выпускной квалификационной работы с защитой и итоговым тестированием.

Основные задачи обучения

- Обеспечить системное освоение теоретических основ когнитивно-поведенческой терапии, включая ключевые модели, методы и принципы КПТ.
- Сформировать практические навыки применения когнитивно-поведенческих методов в консультативной и психотерапевтической работе, включая диагностику, проведение терапевтических сессий и анализ поведения клиентов.
- Развить компетенции в использовании современных направлений КПТ и интегративных подходов, адаптированных для дистанционного обучения с применением цифровых образовательных технологий.



- Обеспечить понимание этических норм и профессиональных стандартов психолога-консультанта при оказании психотерапевтической помощи.
- Сформировать умения ведения профессиональной документации и отчетности в соответствии с законодательными требованиями и нормативными актами.
- Развить аналитические и рефлексивные способности для работы с клиентскими запросами и сложными терапевтическими сценариями с целью повышения эффективности психологической помощи.