

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**Федеральное государственное автономное
образовательное учреждение высшего образования
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет
им. Н.И. Лобачевского»**

Факультет социальных наук
(факультет / институт / филиал)

УТВЕРЖДЕНО
решением Учёного совета
ННГУ, протокол № 13
от 30.11.2022 г.

Рабочая программа дисциплины

**Теория и методы когнитивного
консультирования**

(наименование дисциплины (модуля))

Уровень высшего образования

магистратура

(бакалавриат / магистратура / специалитет)

Направление подготовки / специальность

37.04.01 Психология

(указывается код и наименование направления подготовки / специальности)

Направленность образовательной программы

Психологическое консультирование

(указывается профиль / магистерская программа / специализация)

Форма обучения

Очная, очно-заочная

(очная / очно-заочная / заочная)

Нижний Новгород

2023 год

1. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина Б1.В.07 «Теория и методы когнитивного консультирования» относится к части ООП «Психологическое консультирование» направления подготовки 37.04.01 Психология формируемой участниками образовательных отношений.

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

Формируемые компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции		Наименование оценочного средства
	Индикатор достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине	
ПК 3.1 - Способен осуществлять психологическую поддержку, консультирование и терапевтическое сопровождение лиц, нуждающихся в психологической помощи	ИПК-3.1.1. Знает принципы, этапы консультационного процесса, техники оказания психологической поддержки, консультирования и терапевтического сопровождения лиц, нуждающихся в психологической помощи.	Знать: - основные психологические характеристики исследовательского мышления, основные когнитивные ошибки, базовые иррациональные идеи, характеристики психических расстройств в когнитивном консультативном подходе; - список критериев психологического здоровья/ нездоровья личности в когнитивном подходе; - психологические ресурсы личности, обеспечивающие человеку успешную социализацию, адаптацию, развитие и эффективные межличностные отношения в когнитивном консультативном подходе.	Тестовые задания, собеседование, творческая работа, практические задания.
	ИПК-3.1.2. Умеет выстраивать терапевтические отношения и проводить консультативный процесс	Уметь: - выстраивать терапевтические отношения; - самостоятельно находить и анализировать необходимую информацию; - осуществить психологическую поддержку.	Тестовые задания, собеседование, творческая работа, практические задания.
	ИПК-3.1.3. Владеет техниками и приемами психологической поддержки, консультирования и терапевтического сопровождения лиц, нуждающихся в психологической помощи.	Владеть: - опытом применения определенных техник психологической поддержки; - опытом проведения АВС-анализа.	Тестовые задания, собеседование, творческая работа, практические задания.
ПК 3.2. Способность и готовность осуществлять качественную рефлексию профессиональной деятельности психолога-консультанта и психотерапевта	ИПК-3.2.1. Знать технологии и критерии осуществления качественной рефлексии профессиональной деятельности психолога-консультанта и психотерапевта	Знать - базовые стратегии когнитивного консультирования; - этические нормы когнитивного психолога-консультанта.	Тестовые задания, собеседование, творческая работа, практические задания.
	ИПК-3.2.2. Уметь анализировать профессиональную деятельность психолога-консультанта и психотерапевта	Уметь: - дифференцировать субъект-субъектные и субъект-объектные отношения; - анализировать собственные личностные характеристики и стиль отношений.	Тестовые задания, собеседование, творческая работа, практические задания.

	ИПК-3.2.3. Владеть способами рефлексии профессиональной деятельности психолога-консультанта и психотерапевта	Владеть - опытом анализа собственных личностных характеристик и стиля отношений.	Тестовые задания, собеседование, творческая работа, практические задания.
--	--	--	---

3. Структура и содержание дисциплины

3.1 Трудоемкость дисциплины

	очная форма обучения	очно-заочная форма обучения
Общая трудоемкость	3 ЗЕТ	3 ЗЕТ
Часов по учебному плану	108	108
в том числе	64	64
аудиторные занятия (контактная работа):		
- занятия лекционного типа	32	32
- занятия семинарского типа (практические занятия)	32	32
самостоятельная работа	6	6
КСР	2	2
Промежуточная аттестация	экзамен	экзамен

3.2. Содержание дисциплины

Наименование раздела дисциплины	Всего, часов	В том числе			
		Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них			Самостоятельная работа обучающегося, часы
		Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Всего	
1. История когнитивного подхода в психотерапии и психологическом консультировании.	5	2	2	4	1
2. Теоретические основы когнитивного консультирования	18	8	8	16	2
3. Когнитивное консультирование.	42	20	20	40	2
4. Место когнитивного подхода среди других психотерапевтических подходов.	5	2	2	4	1

Практические занятия (семинарские занятия) организуются, в том числе в форме практической подготовки, которая предусматривает участие обучающихся в выполнении отдельных элементов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью.

Практическая подготовка предусматривает: выполнение творческой работы, решение практических задач.

На проведение практических занятий (семинарских занятий) в форме практической подготовки отводится 20 часов.

Практическая подготовка направлена на формирование и развитие:

- практических навыков в соответствии с профилем ОП: консультативный тип задач профессиональной деятельности выпускников;
- компетенций - ПК 3.1, ПК-3.2.

Текущий контроль успеваемости реализуется в рамках занятий семинарского типа.

4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

4.1. ВОПРОСЫ, ВЫНОСИМЫЕ НА САМОСТОЯТЕЛЬНОЕ ИЗУЧЕНИЕ ПО ДИСЦИПЛИНЕ «Теория и методы когнитивного консультирования»

1. Когнитивная психология как теоретическая основа когнитивного направления психотерапии и консультирования. Определение, предмет изучения.
2. Становление когнитивного направления в психологии, психотерапии и консультировании.
3. Основные идеи когнитивной психологии.
4. Личность в когнитивной психологии.
5. Основные положения теории личностных конструктов Дж. Келли.
6. Основные положения теории когнитивного диссонанса Л. Фестингера.
7. Когнитивный диссонанс. Когнитивный консонанс. Определение феноменов (по Л. Фестингеру).
8. Личностные конструкты (по Дж. Келли). Определение, виды.
9. Когнитивная модель депрессии.
10. Когнитивная модель тревожности.

Контрольные вопросы и задания для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведены в п. 5.2.

5. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине (модулю), включающий:

5.1. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине

Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций)	Шкала оценивания сформированности компетенций						
	Плохо	неудовлетворительно	удовлетворительно	хорошо	очень хорошо	отлично	превосходно
	не зачтено		Зачтено				
<u>Знания</u>	Отсутствие знаний теоретического материала. Невозможность оценить полноту знаний вследствие отказа обучающегося от ответа	Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.	Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок.	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько несущественных ошибок	Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок.	Уровень знаний в объеме, превышающем программу подготовки.
<u>Умения</u>	Отсутствие минимальных умений. Невозможность оценить наличие умений вследствие отказа обучающегося	При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки.	Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены	Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном	Продemonстрированы все основные умения, решены все основные задачи с отдельными несущественным	Продemonстрированы все основные умения,. Решены все основные задачи. Выполнены все задания, в полном

	я от ответа		все задания но не в полном объеме.	все задания, в полном объеме, но некоторые с недочетами.	объеме, но некоторые с недочетами.	недочетами, выполнены все задания в полном объеме.	объеме без недочетов
<u>Навыки</u>	Отсутствие владения материалом. Невозможнос ть оценить наличие навыков вследствие отказа обучающего я от ответа	При решении стандартных задач не продемонстр ированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.	Имеется минимальны й набор навыков для решения стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстр ированы базовые навыки при решении стандартных задач с некоторыми недочетами	Продемонстри рованы базовые навыки при решении стандартных задач без ошибок и недочетов.	Продемонстр ированы навыки при решении нестандартн ых задач без ошибок и недочетов.	Продемонстр ирован творческий подход к решению нестандартн ых задач

Шкала оценки при промежуточной аттестации

Оценка		Уровень подготовки
зачтено	превосходно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «превосходно», продемонстрированы знания, умения, владения по соответствующим компетенциям на уровне, выше предусмотренного программой
	Отлично	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»
	очень хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «очень хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «очень хорошо»
	Хорошо	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»
	удовлетворительно	Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно»
не зачтено	неудовлетворительно	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно», ни одна из компетенций не сформирована на уровне «плохо»
	Плохо	Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «плохо»

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения.

5.2.1 Контрольные вопросы к зачету

Вопросы	Код формируемой компетенции
Когнитивные модели психического здоровья и расстройства.	ПК 3.1
Когнитивная модель расстройств личности.	ПК 3.1
Цели когнитивного консультирования.	ПК 3.1
Возможные результаты когнитивного консультирования.	ПК 3.1
Основные положения терапии А.Бека.	ПК 3.1
Основные положения рационально-эмотивной терапии А.Эллиса.	ПК 3.1
Когнитивные ошибки (по А.Беку). Определение, виды, причины формирования.	ПК 3.1
Иррациональные идеи (по А.Эллису). Определение, виды, причины формирования.	ПК 3.1
Этапы когнитивного консультирования.	ПК 3.1

Основные техники и приемы когнитивного консультирования.	ПК 3.1
Основные положения теории личностных конструктов Дж. Келли.	ПК 3.1
Основные положения Теории когнитивного диссонанса Л. Фестингера. Когнитивный консонанс.	ПК 3.1
Базовые положения когнитивной психологии относительно природы человека.	ПК 3.2
Основные стратегии когнитивного консультирования.	ПК 3.2
Методы коррекции ошибочных убеждений по А. Беку.	ПК 3.2
Эффективная философия по А. Эллису.	ПК 3.2
Факторы эффективности когнитивного консультирования.	ПК 3.2
Возможности и ограничения когнитивного подхода в психологическом консультировании.	ПК 3.2
Исследовательское мышление, характеристики.	ПК 3.2
Личность в когнитивной психологии.	ПК 3.2

5.2.2. Примерные практические задания:

1. Реплика клиента: «Люди, окружающие меня, в основном, не соответствуют моему уровню... Удивляет, как много дураков вокруг... Люди разучились дружить, никто нормально не общается... Все только смотрят в гаджеты, в ушах у всех наушники, кругом пустота...» Определите, к какой группе иррациональных идей относятся идеи клиента. Ваш вариант дальнейшей реплики консультанта. (ПК-3.1)
2. Консультант работает с клиентом на развитие исследовательского мышления. Реплика клиента: «Мне кажется, я никому не могу доверять. Доверие делает человека слабым, уязвимым...» Ваш вариант реплики консультанта. На какую характеристику исследовательского мышления вы сработали. (ПК-3.1)
3. Варианты вопросов на выявление следующих характеристик исследовательского мышления: научность, логичность. (ПК-3.2)
4. В когнитивном консультировании считается полезным рассказ клиенту о сути помощи в когнитивном подходе. Сделать это надо емко: т.е. быстро и содержательно. Ваш вариант вступительной реплики консультанта. (ПК-3.2)

5.2.3. Творческая работа

Контрольная работа по дисциплине «Теория и методы когнитивного консультирования» проводится в форме письменной проверочной работы. Для оказания помощи для выполнения контрольной работы может быть проведена консультация, на которой магистранты могут задать вопросы и обсудить свои идеи.

Вопросы к контрольной работе.

1. Когнитивные ошибки, определение, виды.
2. Иррациональные идеи. Определение, группы.
3. Личностные конструкты. Определение, виды.
4. Когнитивный диссонанс, когнитивный консонанс, определение.
5. Исследовательское мышление, характеристики.

5.2.4. Типовые задания для текущего контроля успеваемости (тестирование)

1. Человек – это
 - А. существо, живущее врожденными потребностями,
 - Б. разумное, мыслящее творение.
2. В когнитивном консультировании консультант не может быть
 - А. врачом,
 - Б. педагогом,
 - В. эмпатичным слушателем.
3. Предметом изучения когнитивной психологии являются
 - А. динамика личностного развития,

- Б. познавательные психические процессы,
- В. эмоциональная сфера человека.
- 4. По мнению когнитивистов, дезадаптация человека обеспечивается
 - А. вытесненными в бессознательное желаниями,
 - Б. ошибками в представлениях о жизни,
 - В. неэффективным поведением.
- 5. Условием успешной адаптации в жизни
 - А. умение хорошо подражать успешным людям,
 - Б. умение проверять свои убеждения на жизнеспособность,
 - В. Здоровый образ жизни
- 6. В когнитивную модель депрессии не входит
 - А. апатия,
 - Б. инертность,
 - В. позитивное отношение к жизни.
- 7. Автором РЭПТ является
 - А. А. Бек,
 - Б. А. Эллис.
 - В. Дж. Келли.
- 8. Исследовательское мышление предполагает
 - А. абсолютную веру в интуицию человека,
 - Б. способность время от времени проверять свои убеждения на жизнеспособность,
- 9. Когнитивный подход нацелен
 - А. на анализ поведенческого репертуара человека,
 - Б. на анализ системы убеждений и представлений человека,
 - В. на погружение в эмоциональные переживания человека.
- 10. Из двух предложенных утверждений неправильно –
 - А. Когнитивное консультирование работает только с мыслями человека.
 - Б. Когнитивное консультирование уделяет внимание эмоциям и чувствам по мере необходимости.
- 11. Результатом работы когнитивного консультирования является
 - А. Эффективная философия жизни,
 - Б. новые поведенческие навыки,
 - В. улучшение формы тела.
- 12. В «АВС – технологии»
 - А. важно идти строго по этапам (А – В – С),
 - Б. сразу уделяется все внимание «В»,
 - В. чаще всего, начинается с «С», потом «А», потом «В».

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

А) Основная литература

1. Величковский, Б. М. Когнитивная наука. Основы психологии познания в 2 т. Том 1 : учебник для вузов / Б. М. Величковский. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 405 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06615-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471447> .
2. Величковский, Б. М. Когнитивная наука. Основы психологии познания в 2 т. Том 1 : учебник для вузов / Б. М. Величковский. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 405 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06615-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471447> .
3. Соколова, Е. Т. Психотерапия : учебник и практикум для вузов / Е. Т. Соколова. — 5-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 359 с. — (Высшее

образование). — ISBN 978-5-534-05416-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/471453>

Б) Дополнительная литература

1. Решетников, М. М. Психологическое консультирование. Случаи из практики : практическое пособие / М. М. Решетников. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 97 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-05664-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/473582>.

Интернет-ресурсы:

1. <http://psyjournals.ru/> - Портал психологических изданий. Издатель: Московский государственный психолого-педагогический университет.
2. <http://www.psystudy.com/> - Официальный сайт мультидисциплинарного научного психологического интернет-журнала "Психологические исследования".
3. <http://www.psy-gazeta.ru/> - «Психологическая газета» – профессиональное периодическое интернет-издание для психологов.
4. <http://www.voppsy.ru/frame25.htm> - «Вопросы психологии». Полнотекстовая электронная библиотека журнала за 20 лет (1980–1999)
5. <https://cyberleninka.ru/> - Научная открытая электронная библиотека
6. <http://diss.rsl.ru/> - Электронная библиотека диссертаций РГБ. Текстовые доступы к авторефератам и диссертациям.
7. <http://elibrary.ru/> - научная электронная библиотека

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Помещения представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: переносными проектором и экраном для демонстрации презентаций.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями Образовательного стандарта ННГУ по направлению подготовки 37.04.01. Психология.

Автор Ярыгина Н.Ю., к. псих.н.

Руководитель программы Ярыгина Н.Ю., к. псих.н.

Заведующий кафедрой Голубин Р.В., к.и.н

Программа одобрена на заседании учебно-методической комиссии ФСН 11.11.2022, протокол № 3