

## Перечень лекций по дисциплине «Когнитивно-поведенческая психотерапия»

Наименование лекции	Перечень учебных вопросов
Основные школы когнитивно-поведенческой психотерапии.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Введение в основы когнитивно-поведенческой терапии.</li> <li>2. Определение сущности когнитивно-поведенческой психотерапии, история ее развития, исследование эффективности, принципы.</li> <li>3. Предпосылки формирования направления в работах философов и классиков психологии.</li> </ol>
Основные направления в когнитивно-поведенческой психотерапии	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Модели классического обусловливания (И.П. Павлов, Р. Уотсон).</li> <li>2. Оперантное обусловливание (Б.Скиннер).</li> <li>3. Модель социального научения (А. Бандура).</li> </ol>
Основные направления в когнитивно-поведенческой психотерапии	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Когнитивная терапия (А. Бэк, Дж. Бек).</li> <li>2. Основные положения рационально-эмоциональной терапии (А. Эллис)</li> <li>3. Диалектическая поведенческая терапия (М. Маккей, Дж. Вуд, Дж.Брантли)</li> </ol>
Основные методы и техники когнитивно-поведенческой психотерапии	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. АВС-анализ, правдоподобное переформулирование,</li> <li>2. Сетевой анализ, реатрибуция, когнитивный синтез.</li> <li>3. Когнитивная модификация через поведенческие изменения</li> </ol>
Основные методы и техники когнитивно-поведенческой психотерапии	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Понятие авersiveных методик. История возникновения aversiveных методик.</li> <li>2. Техники, работающие с последствиями.</li> <li>3. Моделирующая терапия.</li> <li>4. Техники самоконтроля. Роль домашних заданий в когнитивно-поведенческой психотерапии.</li> </ol>
Структура первой терапевтической сессии	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Цели и структура первой терапевтической сессии: определение запроса</li> <li>2. Оценка изменений, обсуждение диагноза, выявление проблем и постановка цели, знакомство пациента с когнитивной моделью</li> <li>3. Поведенческая активация.</li> </ol>
Вторая и последующие сессии: структура и формат	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Первая часть сессии: структура и формат. Основная часть сессии</li> <li>2. Финальное подведение итогов и обратная связь</li> <li>3. Третья и последующие сессии</li> </ol>
Применение КПТ на практике	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Трудности структурирования терапевтической сессии.</li> <li>2. Выявление эмоций. Оценка автоматических мыслей. Выявление и изменение промежуточных убеждений.</li> <li>3. Выявление и модификация глубинных убеждений</li> <li>4. Дополнительные когнитивные и поведенческие техники.</li> </ol>