

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 09.04.2026 10:38:53
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da576c04e156c146b898094e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Институт психотерапии и клинической психологии»

УТВЕРЖДАЮ
Ректор АНО ВО «Институт психотерапии
и клинической психологии»
_____/Гордеева Е.Г./
«25» февраля 2025 г.

Приказ от «25» февраля 2025 г. № 25/02/25-011-р

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

СЕМЕЙНАЯ ТЕРАПИЯ: КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКИЙ ПОДХОД

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Когнитивно-поведенческая психотерапия в консультировании
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование совокупности знаний, умений и владений, обеспечивающих приобретение практического опыта, необходимого для освоения компетенций, требуемых для понимания основных понятий семейной терапии, ее целей и задач, подготовки к решению профессиональных задач с использованием техник когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) в комплексной психотерапии семейных проблем
Задачи дисциплины	<ol style="list-style-type: none"> 1. Изучить основные понятия семейной терапии, ее цели и задачи. 2. Рассмотреть теоретические основы когнитивно-поведенческой терапии (КПТ). 3. Познакомиться с принципами работы с семьей в рамках КПТ. 4. Научиться определять мишени терапевтического воздействия в семейной системе. 5. Освоить техники и приемы работы с семейными проблемами с использованием когнитивно-поведенческого подхода. 6. Сформировать навыки анализа семейных взаимодействий и определения дисфункциональных паттернов поведения. 7. Научиться применять методы КПТ для решения конкретных проблем в семейной терапии. 8. Развить умение устанавливать контакт с членами семьи и мотивировать их на сотрудничество. 9. Получить опыт применения техник КПТ в работе с семьями. 10. Научиться оценивать эффективность проведенной терапии и при необходимости вносить коррективы в план лечения

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Место дисциплины в структуре ОПОП	Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений Элективные дисциплины (модули)
-----------------------------------	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Профессиональные компетенции (ПК)	
Тип задач профессиональной деятельности: консультативный	
Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК
ПК-3 Способен оказывать квалифицированную психологическую помощь, необходимые меры психологической поддержки и поддержку для гармонизации психического функционирования участников разных социальных групп	ПК-3.1 Демонстрирует знания основ организации психологического сопровождения детей и подростков, включая процессы консультативной и коррекционной работы
	ПК-3.2 Разрабатывает индивидуальные программы сопровождения, нивелирующие влияние неблагоприятной среды и обеспечивающие социализацию в трудных жизненных ситуациях, диагностирует причины нарушений личностного становления и оценивает реабилитационный потенциал личности
	ПК-3.3 Реализует социально-психологическое сопровождение детей и программы психологических коррекционных мероприятий

4. Структура, объем и содержание дисциплины

	Количество академических часов
Общая трудоемкость дисциплины: зачетные единицы/часы	2/72
4.1 Объем контактной работы обучающихся с преподавателем	24
лекции	8
практические занятия	16
4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся	48
Форма промежуточной аттестации	
зачет	5 семестр

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Общая трудоемкость в акад. часах	Трудоемкость по видам учебных занятий в акад. часах		
			Из них контактная работа обучающихся с преподавателем		СРС
			Лек	ПЗ	
1	Введение в семейную терапию и когнитивно-поведенческий подход	9	1	2	6
2	Диагностика семейных проблем в когнитивно-поведенческой терапии	9	1	2	6
3	Работа с конфликтами и коммуникацией в семье	9	1	2	6
4	Когнитивные искажения и дисфункциональные убеждения в контексте семейной терапии	9	1	2	6
5	Работа с проблемами, потерями в семье, семейными травмами, основанными на привязанности	9	1	2	6
6	Терапия принятия и ответственности для пар	9	1	2	6
7	Психотерапия пар через непосредственный опыт	9	1	2	6
8	Интеграция когнитивно-поведенческого подхода с другими методами семейной терапии	9	1	2	6
	ИТОГО	72	8	16	48

4.1 Содержание занятий

Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание
Введение в семейную терапию и когнитивно-поведенческий подход	Понятие семейной терапии, ее цели и задачи. Формы семейной терапии (индивидуальное консультирование, работа с парой, работа с семьей, расширенное семейное консультирование). Особенности

	консультирования семьи. Когнитивно-поведенческая семейная терапия как метод работы с семейными проблемами. Основные принципы и техники когнитивно-поведенческой терапии, применяемые в семейной терапии.
Диагностика семейных проблем в когнитивно-поведенческой терапии	Методы диагностики семейных отношений. Выявление дисфункциональных убеждений и поведенческих паттернов, влияющих на семейные отношения. Оценка уровня сплоченности и адаптации семьи.
Работа с конфликтами и коммуникацией в семье	Техники разрешения конфликтов и улучшения коммуникации в семье. Обучение членов семьи эффективным способам общения и решения проблем. Работа над установлением открытых и доверительных отношений.
Когнитивные искажения и дисфункциональные убеждения в контексте семейной терапии	Роль когнитивных искажений и дисфункциональных убеждений в возникновении семейных конфликтов. Методы выявления и коррекции этих убеждений в рамках когнитивно-поведенческой терапии. Изменение негативных мыслей и убеждений для улучшения семейных отношений.
Работа с проблемами, потерями в семье, семейными травмами, основанными на привязанности	Поведенческие системы привязанности. Основные стратегии привязанности: надежный и ненадежные стили. Тревожная, избегающая, хаотичная привязанности. Привязанность и семейные потери. Влияние стиля привязанности на адаптацию при семейных утратах. Стратегии эмоциональной регуляции при разных стилях привязанности. Работа с когнициями, препятствующими исцелению. Обретение смысла как составляющая адаптации. Ментализация, рефлексивное функционирование, последовательность и принятие перспективы. Техники терапии при потерях (терапевтическая беседа, письменные техники, визуализация и воплощение, пересказывание и др.)
Терапия принятия и ответственности для пар	Использование осознанности, ценностей и схема-терапии для восстановления отношений. Ценности в отношениях. Когнитивные и эмоциональные препятствия на пути к действиям, основанным на ценностях. Понимание схем супружеских пар. 10 схем взаимоотношений. Боль, вызванная схемой. Схемные триггеры. 10 копинг-режимов для совладания со схемами. Решение проблем на основе ценностей. Структура сессии. 8-шаговый протокол работы.
Психотерапия пар через непосредственный опыт	Психотерапия пар с использованием экспериментальных принципов и методов. Карты территории взаимодействия пары. Одна пара - разные терапевтические концепции. Взаимодействие индивидуальных стратегий. Опросник интегративной оценки пары.
Интеграция когнитивно-поведенческого подхода с другими методами семейной терапии	Взаимодействие КПТ с другими подходами к семейной терапии (системная, структурная, стратегическая). Интеграция когнитивно-бихевиоральной и системной семейной психотерапии в авторском подходе Франка Даттилио. Роль КПТ в комплексном подходе к решению семейных проблем. Оценка эффективности КПТ и ее интеграция в практику семейной терапии.

5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Наименование темы (раздела) дисциплины для самостоятельного изучения	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Введение в семейную терапию и когнитивно-поведенческий подход Диагностика семейных проблем в когнитивно-поведенческой терапии Работа с конфликтами и коммуникацией в семье	Подготовка к тестированию	Тестирование

Когнитивные искажения и дисфункциональные убеждения в контексте семейной терапии		
Работа с проблемами, потерями в семье, семейными травмами, основанными на привязанности		
Терапия принятия и ответственности для пар		
Психотерапия пар через непосредственный опыт		
Интеграция когнитивно-поведенческого подхода с другими методами семейной терапии		

Самостоятельная работа обучающихся по дисциплине обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами Института.

Учебно-методическое обеспечение включает:

- методические рекомендации по выполнению заданий дисциплины;
- учебные программы дисциплины и материалы лекционных и практических занятий;
- учебники, учебные и учебно-методические пособия;
- научные статьи, нормативные документы и иные материалы, рекомендуемые для освоения содержания дисциплины.

Информационное обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает:

- электронную информационно-образовательную среду Института (ЭИОС);
- электронные библиотечные системы (ЭБС), доступ к которым предоставляется обучающимся;
- электронные образовательные ресурсы и профессиональные базы данных, используемые при выполнении заданий дисциплины.

Указанные ресурсы обеспечивают обучающимся возможность самостоятельного изучения теоретического и методического материала, выполнения заданий, подготовки аналитических и контрольных материалов по дисциплине.

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

а) основная литература:

№ п/п	Основная литература	Адрес электронного ресурса	Вид доступа
1	И.В. Блинникова. Когнитивная психология. Учебник для вузов. - Москва : Пер Сэ, 2002. - 479 с. - ISBN 5-9292-0034-3	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/27795/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Лихи Роберт. Терапия эмоциональных схем. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 448 с. - ISBN 978-5-4461-1268-5	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/365262/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Холодная М.А. Когнитивные стили: О природе индивидуального ума. / М.А. Холодная. - Москва : Пер Сэ, 2002. - 304 с. - ISBN 5-9292-0061-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/27807/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

б) дополнительная литература:

№ п/п	Дополнительная литература	Адрес электронного ресурса	Вид доступа
1	Бернс Д. Терапия настроения: Клинически доказанный способ победить депрессию без таблеток / Пер. с англ. / Д. Бернс. - Москва : Альпина, 2019. - 550 с. - ISBN 978-5-9614-1819-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/376498/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Гринбергер Д. Разум рулит настроением. Измени свои мысли, привычки, здоровье, жизнь / Д. Гринбергер, К. Падески. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 320 с. - ISBN 978-5-4461-1321-7	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/365229/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Добсон Д. Научно-обоснованная практика в когнитивно-поведенческой терапии. / Д. Добсон, К. Добсон. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 400 с. - ISBN 978-5-4461-1584-6	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/374459/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	Лихи Роберт. Преодоление сопротивления в когнитивной терапии. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 352 с. - ISBN 978-5-4461-1630-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/373508/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
5	Лихи Роберт. Техники когнитивной психотерапии. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 656 с. - ISBN 978-5-4461-1218-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/365261/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
6	Солсо Р. Когнитивная психология. 8-е изд. — (Серия «Мастера психологии»). / Р. Солсо, О. Маклин. - Санкт-Петербург : Питер, 2024. - 640 с. - ISBN 978-5-4461-1230-2	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/395856/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

7. Ресурсное обеспечение дисциплины

Электронно-библиотечная система	
Электронно-библиотечная система «Айбукс.ру/ibooks.ru»	
Перечень современных профессиональных баз данных	
КиберЛенинка <i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>	КиберЛенинка
PsyJournals.ru <i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>	Портал психологических изданий PsyJournals.ru
Электронная библиотека диссертаций РГБ <i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным</i>	Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)

наукам.	
<p>Российское психологическое общество</p> <p><i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i></p>	Российское Психологическое Общество
<p>Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига</p> <p><i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i></p>	Профессиональная психотерапевтическая лига
<p>Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии</p> <p><i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i></p>	Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии
<p>Большая российская энциклопедия</p> <p><i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i></p>	Большая российская энциклопедия
<p>Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России</p> <p><i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i></p>	ВАК
<p>Журнал «Вопросы психологии»</p> <p><i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i></p>	Вопросы психологии
<p>Журнал «Психологические исследования»</p> <p><i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i></p>	Психологические исследования
Перечень информационных справочных систем	
<p>Министерство науки и высшего образования Российской Федерации</p> <p><i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i></p>	Министерство науки и высшего образования
<p>Портал ФГОС ВО</p> <p><i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i></p>	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
<p>Официальный интернет-портал правовой информации</p> <p><i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i></p>	Портал правовой информации
<p>Гарант</p> <p><i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i></p>	garant.ru
<p>КонсультантПлюс</p>	КонсультантПлюс

Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.	
Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства	
лицензионное программное обеспечение: Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM) лицензионное программное обеспечение отечественного производства: Kaspersky Endpoint Security свободно-распространяемое программное обеспечение: LibreOffice, 7-Zip, VLC Media Player	
Описание материально-технической базы	
учебная аудитория для проведения учебных занятий Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения: комплекты учебной мебели (столы, стулья), комплект мебели для преподавателя, ноутбук для преподавателя с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска помещение для самостоятельной работы комплекты учебной мебели (столы, стулья), ноутбуки для обучающихся с выходом в сеть "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института, гарнитура, магнитно-маркерная доска	

8. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

8.1 Адаптация форм и методов обучения

При реализации дисциплины учитываются индивидуальные особенности и образовательные потребности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. При необходимости предоставляются дополнительные учебные материалы, оказывается консультационная поддержка.

В процессе обучения могут применяться адаптивные методы и формы, учитывающие индивидуальные особенности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и их актуальное состояние, включающие увеличение времени на выполнение заданий, предоставление дополнительного времени для подготовки к занятиям, разбивку заданий на более мелкие шаги, использование визуальных и аудиальных средств обучения.

8.2 Психолого-педагогическое сопровождение

В образовательном процессе может осуществляться психолого-педагогическое сопровождение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, включающее в себя психологическую и педагогическую диагностику, консультирование, коррекционные и реабилитационные мероприятия. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

8.3 Контроль и оценка результатов обучения

Контроль и оценка результатов обучения могут осуществляться с учетом индивидуальных особенностей и возможностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Формы и методы контроля могут быть адаптированы к индивидуальным потребностям и способностям обучающихся.

8.4 Доступность обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья

Рабочая программа должна быть доступной для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Это означает, что она должна быть адаптирована к их потребностям и возможностям, а также обеспечивать равные возможности для получения образования. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах. Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Для реализации дисциплины имеются аудитории, оснащенные необходимым оборудованием и техническими средствами обучения. Для проведения практических занятий и самостоятельной работы студентов оборудованы компьютерные классы с доступом к сети Интернет и электронной информационно-образовательной среде.

Условия, созданные для освоения дисциплины, включают доступность образовательного процесса, обеспечение необходимыми техническими средствами и материалами, оказание консультационной и методической поддержки.