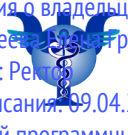


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 09.04.2026 10:38:51
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b7c404e156c1e6b898094e



**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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

**ОСНОВНЫЕ ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРИНЦИПЫ И ХАРАКТЕРИСТИКИ
КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ**

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

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикаторы достижения компетенции	Знает	Умеет	Владеет
ПК-2 Способен организовать работу по проведению психологического консультирования, осуществлять диагностику и экспертизу разработанных программ и мероприятий психологического консультирования	ПК-2.1 Демонстрирует знания методов и технологий проведения психологической диагностики, принципы подбора инструментов для психодиагностических исследований и правила их организации	знает основы когнитивно-поведенческой терапии (принципы, ключевые понятия, теоретические подходы)	умеет анализировать базовые техники когнитивно-поведенческой терапии (КПТ), подбирать диагностические инструменты для исследований	владеет правилами организации психодиагностических исследований
	ПК-2.2 Оценивает эффективность применяемых диагностических инструментов, определенных для реализации мероприятий психологического консультирования населения и трудовых коллективов			
	ПК-2.3 Организует работу по психологическому консультированию на основе современных методов психотерапии в соответствии с потребностями и целями клиента и способен разработать программы и мероприятия психологического консультирования на основе инновационных техник			

2. Цель и задачи фонда оценочных средств

Целью ФОС является установление соответствия уровня подготовки обучающихся требованиям федерального государственного образовательного стандарта ФГОС ВО по ОПОП.

ФОС предназначен для решения задач контроля достижения целей реализации ОПОП ВО и обеспечения соответствия результатов обучения области, сфере, объектам профессиональной деятельности, области знаний и типам задач профессиональной деятельности.

3. Перечень оценочных средств, используемых для оценивания сформированности компетенций, критерии и шкалы оценивания в рамках изучения дисциплины

3.1. Оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации (с ключами ответов)

Семестр изучения дисциплины в соответствии с учебным планом	2 семестр
---	-----------

Форма промежуточной аттестации	Экзамен
Код и наименование проверяемой компетенции	ПК-2 Способен организовать работу по проведению психологического консультирования, осуществлять диагностику и экспертизу разработанных программ и мероприятий психологического консультирования

Задания для текущего контроля успеваемости с ключами ответов

Номер задания	Содержание вопроса	Правильный ответ	Компетенция																												
Задание закрытого типа на установление соответствия																															
1	<p><i>Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие</i></p> <p>Соотнесите название терапевтического подхода с его ключевой идеей.</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th colspan="2">Терапевтический подход</th> <th colspan="2">Ключевая идея</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td align="center">1</td> <td>Осознанность (Mindfulness)</td> <td align="center">А</td> <td>Принятие своего внутреннего опыта (мыслей, чувств) и движение к личным ценностям</td> </tr> <tr> <td align="center">2</td> <td>Терапия принятия и ответственности (АСТ)</td> <td align="center">Б</td> <td>Безоценочное наблюдение за настоящим моментом («здесь и сейчас»)</td> </tr> <tr> <td align="center">3</td> <td>Терапия, сфокусированная на сострадании (CFT)</td> <td align="center">В</td> <td>Интеграция КПТ и психоанализа (теория объектных отношений), гештальт-терапии, теории привязанности и транзактного анализа для изменения глубоких детских схем и режимов</td> </tr> <tr> <td align="center">4</td> <td>Схема-терапия (ST)</td> <td align="center">Г</td> <td>Развитие сочувственного, доброго отношения к себе для снижения самокритики и стыда</td> </tr> </tbody> </table> <p><i>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</i></p> <table border="1"> <tr> <td align="center">1</td> <td align="center">2</td> <td align="center">3</td> <td align="center">4</td> </tr> <tr> <td> </td> <td> </td> <td> </td> <td> </td> </tr> </table>	Терапевтический подход		Ключевая идея		1	Осознанность (Mindfulness)	А	Принятие своего внутреннего опыта (мыслей, чувств) и движение к личным ценностям	2	Терапия принятия и ответственности (АСТ)	Б	Безоценочное наблюдение за настоящим моментом («здесь и сейчас»)	3	Терапия, сфокусированная на сострадании (CFT)	В	Интеграция КПТ и психоанализа (теория объектных отношений), гештальт-терапии, теории привязанности и транзактного анализа для изменения глубоких детских схем и режимов	4	Схема-терапия (ST)	Г	Развитие сочувственного, доброго отношения к себе для снижения самокритики и стыда	1	2	3	4					<p>Правильный ответ: 1-Б 2-А 3-Г 4-В</p>	ПК-2
Терапевтический подход		Ключевая идея																													
1	Осознанность (Mindfulness)	А	Принятие своего внутреннего опыта (мыслей, чувств) и движение к личным ценностям																												
2	Терапия принятия и ответственности (АСТ)	Б	Безоценочное наблюдение за настоящим моментом («здесь и сейчас»)																												
3	Терапия, сфокусированная на сострадании (CFT)	В	Интеграция КПТ и психоанализа (теория объектных отношений), гештальт-терапии, теории привязанности и транзактного анализа для изменения глубоких детских схем и режимов																												
4	Схема-терапия (ST)	Г	Развитие сочувственного, доброго отношения к себе для снижения самокритики и стыда																												
1	2	3	4																												

2	<p>Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие</p> <p>Соотнесите домен компетенций КПТ-терапевта с конкретной профессиональной задачей.</p> <table border="1" data-bbox="315 215 1462 614"> <thead> <tr> <th colspan="2">Инструмент</th> <th colspan="2">Задача</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>1</td> <td>Домен 2 (Концептуализация)</td> <td>А</td> <td>Совместная разработка плана действий клиента вне кабинета</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Домен 4 (Домашние задания)</td> <td>Б</td> <td>Понимание «порочных кругов», поддерживающих проблему клиента</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Домен 5 (Отслеживание прогресса)</td> <td>В</td> <td>Использование шкал и опросников для замера изменений состояния</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Домен 7 (Терапевтические отношения)</td> <td>Г</td> <td>Создание рабочего альянса и атмосферы сотрудничества (коллаборативный эмпиризм)</td> </tr> </tbody> </table> <p>Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:</p> <table border="1" data-bbox="320 707 743 826"> <tr> <td>1</td> <td>2</td> <td>3</td> <td>4</td> </tr> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Инструмент		Задача		1	Домен 2 (Концептуализация)	А	Совместная разработка плана действий клиента вне кабинета	2	Домен 4 (Домашние задания)	Б	Понимание «порочных кругов», поддерживающих проблему клиента	3	Домен 5 (Отслеживание прогресса)	В	Использование шкал и опросников для замера изменений состояния	4	Домен 7 (Терапевтические отношения)	Г	Создание рабочего альянса и атмосферы сотрудничества (коллаборативный эмпиризм)	1	2	3	4					<p>Правильный ответ: 1-Б 2-А 3-В 4-Г</p>	ПК-2
Инструмент		Задача																													
1	Домен 2 (Концептуализация)	А	Совместная разработка плана действий клиента вне кабинета																												
2	Домен 4 (Домашние задания)	Б	Понимание «порочных кругов», поддерживающих проблему клиента																												
3	Домен 5 (Отслеживание прогресса)	В	Использование шкал и опросников для замера изменений состояния																												
4	Домен 7 (Терапевтические отношения)	Г	Создание рабочего альянса и атмосферы сотрудничества (коллаборативный эмпиризм)																												
1	2	3	4																												
Задание закрытого типа на установление последовательности																															
3	<p>Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>Установите последовательность действий терапевта при выявлении и анализе когниций клиента в рамках сессии:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Оценка силы веры в мысль и интенсивности вызванной эмоции 2. Идентификация автоматической мысли («Что промелькнуло в голове?») 3. Поиск альтернативного адаптивного ответа (реструктуризация) 4. Исследование аргументов «за» и «против» данной мысли <p>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</p> <table border="1" data-bbox="320 1318 674 1377"> <tr> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>					<p>Правильный ответ: 2→1→4→3</p>	ПК-2																								
4	<p>Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность</p>	<p>Правильный ответ:</p>	ПК-2																												

	<p>Установите последовательность уровней, которые проходит терапевт при выявлении глубинных структур личности клиента:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Промежуточное убеждение (правила и условия: «Если я не справлюсь, то я неудачник») 2. Автоматическая мысль (сиюминутная оценка: «Я сейчас совершу ошибку») 3. Глубинное убеждение (базовая схема: «Я беспомощный») <p>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</p> <table border="1" style="margin-left: 40px;"> <tr> <td style="width: 30px; height: 30px;"></td> <td style="width: 30px; height: 30px;"></td> <td style="width: 30px; height: 30px;"></td> </tr> </table>				2→1→3	
Задания комбинированного типа с выбором одного/нескольких вариантов верного ответа из предложенных и обоснованием выбора						
5	<p>Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ и напишите обоснование выбора</p> <p>Какую центральную идею о природе эмоциональных проблем используют в когнитивно-поведенческой терапии А. Бек и А. Эллис?</p> <ol style="list-style-type: none"> А) На наше состояние влияют только внешние события Б) Нас расстраивают не сами события, а то, как мы их оцениваем (наши мысли) В) Эмоции никак не связаны с поведением Г) Человек не может изменить свои мысли <p>Ответ: Обоснование:</p>	<p>Правильный ответ: Б) Обоснование: Между событием и эмоцией всегда стоит наша интерпретация</p>	ПК-2			
6	<p>Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ и напишите обоснование выбора</p> <p>Что такое Терапия самосострадания (Self-compassion therapy, К. Нефф)?</p> <ol style="list-style-type: none"> А) Метод жесткой самокритики для достижения целей Б) Практика доброго и сочувственного отношения к себе в моменты неудач В) Способ заставить других людей сочувствовать вам Г) Изучение истории своей семьи <p>Ответ: Обоснование:</p>	<p>Правильный ответ: Б) Обоснование: Это замена внутреннего критика на «сострадательного друга»</p>	ПК-2			
Задание открытого типа с развернутым ответом						
7	<p>Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ</p>	<p>Правильный ответ: Цель «когнитивного расцепления» в</p>	ПК-2			

	В чем заключается цель «когнитивного расщепления» в когнитивно-поведенческой терапии? Ответ:	когнитивно-поведенческой терапии заключается в том, чтобы научиться смотреть на мысли со стороны, понимая, что это просто слова, а не факты	
8	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ В чем заключается задача терапии, сфокусированной на сострадании (CFT)? Ответ:	Правильный ответ: Задача терапии, сфокусированной на сострадании (CFT) заключается в том, чтобы развить доброе отношение к себе для снижения самокритики и стыда	ПК-2
Задания открытого типа с кратким ответом (вставить термин, словосочетание, дополнить предложенное)			
9	Инструкция: прочитайте текст и напишите краткий ответ Самый глубокий и устойчивый уровень когнитивной иерархии, формирующийся в детстве («Я никчемный», «Мир опасен»), называется _____ убеждение. Ответ:	Правильный ответ: глубинное	ПК-2
10	Инструкция: прочитайте текст и напишите краткий ответ Убеждения, имеющие форму правил и условий («Если я не понравлюсь всем, то я неудачник»), называются _____ убеждения. Ответ:	Правильный ответ: промежуточные	ПК-2

Задания для промежуточной аттестации с ключами ответов

Номер задания	Содержание вопроса	Правильный ответ	Компетенция		
Задание закрытого типа на установление соответствия					
1	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите тип анализа в концептуализации с его преимущественной направленностью. <table border="1" style="width: 100%; margin-top: 10px;"> <tr> <td style="width: 50%; text-align: center;">Тип анализа</td> <td style="width: 50%; text-align: center;">Направленность</td> </tr> </table>	Тип анализа	Направленность	Правильный ответ: 1-Б 2-А 3-В	ПК-2
Тип анализа	Направленность				

1	Функциональный анализ	А	Глобальное понимание личности, истории развития и связи всех проблем клиента
2	Холистический анализ	Б	Изучение конкретного поведения: что его запускает (триггер) и что поддерживает (последствия)
3	5-компонентная модель (Лихи)	В	Оценка взаимодействия окружения, мыслей, чувств, физиологии и действий

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3

Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие

Соотнесите компонент модели взаимодействия с конкретным вопросом для клиента.

Инструмент		Цель применения	
1	Окружение / Ситуация	А	«Что вы при этом чувствовали в теле (пульс, дыхание)?»
2	Когниции	Б	«Где и с кем вы находились в тот момент?»
3	Эмоции	В	«Что вы сделали, чтобы справиться с этим?»
4	Поведение	Г	«О чем вы подумали в ту секунду?»
5	Биология	Д	«Каким словом вы бы назвали это чувство?»

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3	4	5

Правильный ответ:

1-Б
2-Г
3-Д
4-В
5-А

ПК-2

Задание закрытого типа на установление последовательности

3

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Правильный ответ:

ПК-2

	<p>Установите последовательность действий при изменении дисфункциональной мысли на адаптивную:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Поиск аргументов, противоречащих мысли (диспут) 2. Выявление автоматической мысли и связанных с ней эмоций 3. Формулирование альтернативного взвешенного суждения 4. Оценка уровня веры в новую, адаптивную мысль <p>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</p> <table border="1" style="width: 100px; height: 20px; margin-left: 20px;"> <tr> <td style="width: 25px; height: 20px;"></td> <td style="width: 25px; height: 20px;"></td> <td style="width: 25px; height: 20px;"></td> <td style="width: 25px; height: 20px;"></td> </tr> </table>					2→1→3→4	
4	<p>Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность</p> <p>Установите последовательность компонентов практики Терапии самосострадания (Self-compassion therapy) при столкновении с личной неудачей:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Осознанность (безоценочное признание того, что сейчас мне больно/плохо) 2. Проявление доброты к себе (утешение себя вместо критики) 3. Признание общности человеческого опыта (понимание, что страдание и ошибки - часть жизни всех людей) <p>Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:</p> <table border="1" style="width: 100px; height: 20px; margin-left: 20px;"> <tr> <td style="width: 33px; height: 20px;"></td> <td style="width: 33px; height: 20px;"></td> <td style="width: 33px; height: 20px;"></td> </tr> </table>				<p>Правильный ответ: 1→3→2</p>	ПК-2	
Задания комбинированного типа с выбором одного/нескольких вариантов верного ответа из предложенных и обоснованием выбора							
5	<p>Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ и напишите обоснование выбора</p> <p>Что такое «автоматические мысли» в когнитивно-поведенческой терапии?</p> <ol style="list-style-type: none"> А) Долгие размышления над задачей Б) Мысли, которые мы специально заучиваем В) Глубокие философские убеждения Г) Молниеносные оценочные мысли, которые пролетают в голове сами собой <p>Ответ: Обоснование:</p>	<p>Правильный ответ: Г) Обоснование: Это быстрые реакции мозга, которые мы часто даже не успеваем заметить</p>	ПК-2				

6	<p>Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ и напишите обоснование выбора</p> <p>Что такое оперантное подкрепление по Б. Скиннеру?</p> <p>А) Рассказ о своих чувствах Б) Последствие, которое увеличивает частоту поведения в будущем В) Медитация на свежем воздухе Г) Забывание неприятных событий</p> <p>Ответ: Обоснование:</p>	<p>Правильный ответ: Б) Обоснование: Это любая «награда», которая закрепляет нужное действие</p>	ПК-2
Задание открытого типа с развернутым ответом			
7	<p>Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ</p> <p>В чем заключается суть практики осознанности (Mindfulness) в терапии?</p> <p>Ответ:</p>	<p>Правильный ответ: Суть практики осознанности (Mindfulness) в терапии заключается в безоценочном наблюдении за своими мыслями и чувствами в настоящем моменте</p>	ПК-2
8	<p>Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ</p> <p>Что такое «диффузия» (когнитивное расщепление) в терапии принятия и ответственности (АСТ)?</p> <p>Ответ:</p>	<p>Правильный ответ: «Диффузия» (когнитивное расщепление) в терапии принятия и ответственности (АСТ) - это процесс отделения себя от своих мыслей</p>	ПК-2
Задания открытого типа с кратким ответом (вставить термин, словосочетание, дополнить предложенное)			
9	<p>Инструкция: прочитайте текст и напишите краткий ответ</p> <p>Техника когнитивно-поведенческой терапии, при которой терапевт задает цепочку вопросов «Что это значит для вас?», чтобы найти корень проблемы, называется _____ стрела.</p> <p>Ответ:</p>	<p>Правильный ответ: падающая</p>	ПК-2
10	<p>Инструкция: прочитайте текст и напишите краткий ответ</p> <p>Направление третьей волны, которое учит принимать свои мысли и чувства ради движения к личным ценностям, называется _____.</p> <p>Ответ:</p>	<p>Правильный ответ: терапия принятия и ответственности</p>	ПК-2

3.2. Критерии и шкала оценивания

Процедура проведения текущего контроля по дисциплине

Оценка успеваемости обучающихся в процессе занятий осуществляется в соответствии с локальным актом Института, который регулирует порядок проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, а также организацию учебного процесса.

Процедура проведения промежуточной аттестации по дисциплине

Форма проведения промежуточной аттестации по дисциплине: **экзамен**

Ответ оценивается по 5 балльной системе – «отлично»/«хорошо»/«удовлетворительно»/«неудовлетворительно»

Результат обучения по дисциплине считается достигнутым при получении обучающимся оценки «отлично», «хорошо», «удовлетворительно» по каждому из контрольных мероприятий, относящихся к данному результату обучения.

Критерии итоговой оценки результатов освоения дисциплины

Оценка	Уровень достижения компетенции	Критерии оценки образовательного результата
отлично	Высокий (продвинутый)	Демонстрируется системное владение содержанием дисциплины: свободное оперирование понятиями, выявление существенных признаков и причинно-следственных связей. Ответ логически структурирован, отражает взаимосвязь теорий с практическими аспектами профессиональной деятельности. Применение знаний в нестандартных ситуациях подтверждает глубокое освоение программного материала.
хорошо	Хороший (базовый)	Представлено полное освоение программного материала: раскрытие ключевых положений дисциплины с опорой на научные концепции. Ответ отражает понимание основных закономерностей, но содержит незначительные неточности в деталях. Умение применять знания в типовых ситуациях соответствует базовому уровню компетенции.
удовлетворительно	Достаточный (минимальный)	Продемонстрировано освоение базовых положений дисциплины: воспроизведение основных понятий и теорий с допустимыми упрощениями. Ответ отражает общее понимание материала, но содержит фрагментарность в изложении. Применение знаний ограничено стандартными задачами с внешней поддержкой.

неудовлетворительно	Недостаточный (ниже минимального)	Выявлено неосвоение фундаментальных положений дисциплины: существенные ошибки в определении понятий, нарушение логики изложения. Отсутствует способность к анализу причинно-следственных связей или решению элементарных задач. Результаты не соответствуют минимальным требованиям программы.
----------------------------	-----------------------------------	--

Промежуточный контроль знаний может проводиться в форме компьютерного тестирования. Обучающемуся отводится для подготовки ответа на один вопрос открытого и закрытого типа не менее 5 минут.

Итоговая оценка при проведении **экзамена** выставляется с использованием следующей шкалы.

Оценка	Правильно решенные тестовые задания (%)
отлично	90-100
хорошо	70-89
удовлетворительно	60-69
неудовлетворительно	0-59