

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 07.07.2026 17:28:12
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b764041e3566146b8898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ПСИХОТЕРАПИЯ ТРЕВОЖНЫХ РАССТРОЙСТВ У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ

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

1. Паспорт фонда оценочных средств

Компетенция	Индикатор достижения компетенции	Планируемые результаты обучения		
ПК-3 Способен осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития с использованием разнообразных методов и техник индивидуальной, групповой и семейной психотерапии и консультирования	ПК-3.1 Осуществляет комплексную клинико-психологическую диагностику и планирование вмешательства, направленного на выявление причин дезадаптации, психопатологических и эмоциональных нарушений, с последующей разработкой индивидуальных и групповых программ реабилитации и профилактики	знает этиологию, возрастную специфику и клинические признаки тревожных расстройств, а также принципы организации психологического сопровождения и алгоритмы когнитивно-поведенческого вмешательства в детском возрасте	умеет под руководством наставника проводить первичное клиническое наблюдение и диагностику с использованием проективных и когнитивных методов для выявления причин дезадаптации и разработки индивидуальных программ помощи	владеет базовыми навыками реализации стандартных протоколов психокоррекции, включая первичный опыт применения техник экспозиции, когнитивной реструктуризации и формирования адаптивного поведения для мониторинга динамики состояния ребенка
	ПК-3.2 Реализует психотерапевтические интервенции с использованием широкого спектра клинических методов и техник, включая мониторинг динамики состояния клиента и оценку эффективности психологической помощи в междисциплинарном контексте			

2. Текущий контроль успеваемости

2.1. Перечень оценочных средств текущего контроля

Тема (раздел) дисциплины	Оценочное средство	Планируемые результаты обучения
ПК-3 Способен осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития с использованием разнообразных методов и техник индивидуальной, групповой и семейной психотерапии и консультирования		
Введение в психотерапию тревожных расстройств детского и подросткового возраста	Устный опрос	знает этиологию, возрастную специфику и клинические признаки тревожных расстройств, а также принципы организации психологического сопровождения и алгоритмы когнитивно-поведенческого вмешательства в детском возрасте
Когнитивно-поведенческая психотерапия тревожных расстройств у детей и подростков	Практическое задание №1	умеет под руководством наставника проводить первичное клиническое наблюдение и диагностику с использованием проективных и когнитивных методов для выявления причин дезадаптации и разработки индивидуальных программ помощи
Генерализованное тревожное расстройство в детском и подростковом возрасте		

Специфические фобии и детские страхи Паническое расстройство у детей и подростков Сепарационная тревога, тревожное расстройство у детей, вызванное страхом разлуки Социальная тревога. Социофобия Элективный мутизм. Специфическое тревожное расстройство детского возраста	Практическое задание №2	владеет базовыми навыками реализации стандартных протоколов психокоррекции, включая первичный опыт применения техник экспозиции, когнитивной реструктуризации и формирования адаптивного поведения для мониторинга динамики состояния ребенка
--	---------------------------------------	---

2.2. Типовые оценочные материалы текущего контроля

Оценочное средство	Типовое задание / содержание
Устный опрос	Преподаватель объявляет первый вопрос. Студент обдумывает ответ и отвечает на вопрос преподавателя. Преподаватель может задать уточняющие вопросы, попросить привести примеры или объяснить свою точку зрения. Если студент затрудняется ответить на какой-либо вопрос, преподаватель может дать подсказку или направить студента к правильному ответу. По итогам опроса преподаватель дает обратную связь, учитывая полноту и точность ответов, а также способность студента рассуждать и анализировать информацию. В конце опроса преподаватель может подвести итоги, выделить наиболее важные моменты и дать рекомендации по улучшению знаний и навыков.
Практическое задание №1	Участники делятся на группы по три человека. Каждой группе дается информация о возрасте клиента с социальным тревожным расстройством. На основе знаний по возрастной психологии и понимании специфики социальной тревоги, составляется план поведенческого эксперимента. План должен включать в себя следующие этапы: 1. Выбор социальной ситуации. 2. Планирование этапов эксперимента. 3. Определение критериев оценки результатов. 4. Форма регистрации при самонаблюдении.
Практическое задание №2	Когнитивное расцепление - это техника, которая способствует осознанию того, что мысли - это не факты, а всего лишь ментальные события, которые могут быть исследованы и изменены. Можно выполнить любой из следующих вариантов на выбор студента. 1. "Я замечаю мысль о том, что..." Когда возникает негативная или тревожная мысль, вместо того чтобы воспринимать ее как истину, скажите себе: "Я замечаю мысль о том, что..." 2. Написание мыслей. Запишите свои мысли на бумаге, затем перечитайте их вслух, добавляя к каждой: "Это всего лишь мысль."

Типовые вопросы по компетенции ПК-3:

1. В каждом возрасте у детей есть естественные страхи (например, страх темноты в 4 года или страх смерти родителей в 7 лет). По каким критериям детский психолог понимает, что страх ребенка перерос в клиническое расстройство и требует терапии?
2. Что такое сепарационная тревога и как запустить поддерживающий круг этого расстройства в семье? Какую ошибку совершают излишне тревожные родители, которая только укрепляет страх ребенка оставаться одному в школе?
3. Как объяснить подростку, который заиклен на мысли: "Я урод, со мной никто не будет общаться", зачем нужно переформулировать это в фразу: "Я замечаю, что у меня есть мысль, что я урод"? Что это меняет в его голове?
4. В первом задании вы планировали поведенческий эксперимент для ребенка с социальной тревогой. Зачем нужна эта практика? Почему обычные слова психолога: "Да не бойся ты, никто над тобой смеяться не будет" - абсолютно не работают в случае социофобии?
5. Что такое элективный (избирательный) мутизм у детей? Почему такого ребенка бесполезно и вредно директивно заставлять и умолять: "Ну скажи хоть словечко, ну поздоровайся"? Какова должна быть тактика бережного КПТ-вмешательства?

3. Промежуточная аттестация

3.1. Форма промежуточной аттестации

Форма промежуточной аттестации: **зачет**

3.2. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации

3.2.1. Типовые тестовые задания

№ п/п	Типовое тестовое задание
	ПК-3 Способен осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития с использованием разнообразных методов и техник индивидуальной, групповой и семейной психотерапии и консультирования
1	Инструкция: прочитайте текст, выберите один правильный ответ Какой из следующих критериев является основным для диагностики генерализованного тревожного расстройства (ГТР) у детей и подростков? А) Наличие фобий Б) Постоянная тревога по поводу различных событий

	В) Социальная изоляция Г) Изменения в аппетите Ответ:				
2	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Какие из следующих факторов относятся к биопсихосоциальной модели тревожных расстройств? А) Генетическая предрасположенность Б) Социальная поддержка В) Низкий уровень физической активности Г) Психологические травмы Ответ:				
3	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Выберите все правильные утверждения о метакогнитивной модели в терапии генерализованного тревожного расстройства у детей. А) Она фокусируется на изменении негативных мыслей Б) Она учитывает влияние метапознания на тревогу В) Она не включает навыки саморегуляции Г) Она помогает детям осознать свои мысли о своих мыслях Ответ:				
4	Инструкция: прочитайте текст, выберите все правильные ответы Выберите все коморбидные нарушения, которые могут встречаться у детей и подростков с паническим расстройством. А) Социальная фобия Б) Депрессия В) Расстройства пищевого поведения Г) Обсессивно-компульсивное расстройство Ответ:				
5	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Соотнесите методы психодиагностики с их описанием. <table border="1"> <thead> <tr> <th>Метод</th><th>Описание</th></tr> </thead> <tbody> <tr> <td> </td><td> </td></tr> </tbody> </table>	Метод	Описание		
Метод	Описание				

	1	Анкета для самооценки	А	Метод, основанный на анализе ответов на открытые вопросы																												
	2	Наблюдение за поведением	Б	Метод, позволяющий выявить внутренние переживания через интерпретацию																												
	3	Структурированное интервью	В	Метод, при котором респондент оценивает свои чувства и поведение																												
	4	Проективные методики	Г	Метод, основанный на наблюдении за поведением в естественной среде																												
	Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1"> <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>				1	2	3	4																								
1	2	3	4																													
6	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте этапы психотерапии с их описанием. <table border="1"> <tr> <th colspan="2">Этапы</th> <th colspan="2">Описание</th> </tr> <tr> <td>1</td> <td>Оценка состояния клиента</td> <td>А</td> <td>Проведение терапевтических сессий для достижения целей</td> </tr> <tr> <td>2</td> <td>Разработка плана вмешательства</td> <td>Б</td> <td>Сбор информации о симптомах и их влиянии на жизнь ребенка</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td>Обучение навыкам саморегуляции</td> <td>В</td> <td>Обучение методам управления тревогой и стрессом</td> </tr> <tr> <td>4</td> <td>Обсуждение результатов</td> <td>Г</td> <td>Анализ изменений и завершение терапии</td> </tr> </table> Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами: <table border="1"> <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>				Этапы		Описание		1	Оценка состояния клиента	А	Проведение терапевтических сессий для достижения целей	2	Разработка плана вмешательства	Б	Сбор информации о симптомах и их влиянии на жизнь ребенка	3	Обучение навыкам саморегуляции	В	Обучение методам управления тревогой и стрессом	4	Обсуждение результатов	Г	Анализ изменений и завершение терапии	1	2	3	4				
	Этапы		Описание																													
	1	Оценка состояния клиента	А	Проведение терапевтических сессий для достижения целей																												
	2	Разработка плана вмешательства	Б	Сбор информации о симптомах и их влиянии на жизнь ребенка																												
	3	Обучение навыкам саморегуляции	В	Обучение методам управления тревогой и стрессом																												
4	Обсуждение результатов	Г	Анализ изменений и завершение терапии																													
1	2	3	4																													
7	Инструкция: прочитайте текст и установите соответствие Сопоставьте термины с их определениями. <table border="1"> <tr> <th>Термин</th> <th>Определение</th> </tr> <tr> <td></td> <td></td> </tr> </table>				Термин	Определение																										
	Термин	Определение																														

1	Интероцептивная экспозиция	А	Метод, направленный на уменьшение страха перед физическими ощущениями
2	Дыхательные техники	Б	Способы управления дыханием для снижения тревожности
3	Модели концептуализации	В	Структурированные подходы к пониманию и лечению панического расстройства

Запишите выбранные буквы под соответствующими цифрами:

1	2	3

8

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Упорядочите этапы когнитивно-поведенческой терапии (КПТ) для детей и подростков в правильном порядке.

1. Обучение навыкам саморегуляции
2. Оценка и формулирование проблемы
3. Разработка плана вмешательства
4. Обсуждение результатов и завершение терапии

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

9

Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность

Упорядочите этапы работы в психотерапии при специфических фобиях.

1. Проведение экспозиционной терапии
2. Оценка состояния клиента
3. Обучение навыкам саморегуляции
4. Разработка плана вмешательства

Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо:

--	--	--	--

10	Инструкция: прочитайте текст и установите последовательность Упорядочите этапы проведения терапии при элективном мутизме. 1. Обучение родителей стратегиям поддержки 2. Оценка уровня тревожности ребенка 3. Постепенное введение социальных ситуаций 4. Установление терапевтического альянса с ребенком Запишите соответствующую последовательность цифр слева направо: <table><tr><td></td><td></td><td></td><td></td></tr></table>				
11	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Психообразование в работе с детьми и родителями является важным компонентом когнитивно-поведенческой терапии, поскольку оно помогает повысить осведомленность о тревожных расстройствах и их симптомах. Ответ: Обоснование:				
12	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Экспозиционная терапия является единственным методом лечения специфических фобий у детей. Ответ: Обоснование:				
13	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Сепарационная тревога у детей может проявляться только в виде физической симптоматики, такой как головная боль или тошнота. Ответ: Обоснование:				
14	Инструкция: прочитайте текст, укажите верно или неверно утверждение и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа Элективный мутизм является формой тревожного расстройства, при котором ребенок не говорит в определенных социальных ситуациях, несмотря на наличие нормального речевого развития. Ответ: Обоснование:				

15	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Представьте, что вы работаете с 10-летним ребенком, который испытывает сильную тревогу перед экзаменами. Он часто говорит, что не сможет сдать тест. Какой подход вы бы использовали, чтобы помочь ему справиться с этой ситуацией? Опишите один метод или технику. Ответ:
16	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Ребенок 8 лет испытывает сильный страх перед собаками. При встрече с собакой он начинает паниковать и убегать. Какие первые шаги вы предпримете для работы с этим страхом? Ответ:
17	Инструкция: прочитайте описание ситуации, ответьте на предложенные вопросы и обоснуйте свои решения и выводы Родитель 8-летнего ребенка сообщает терапевту, что его сын испытывает сильное беспокойство перед школой и часто плачет, когда ему нужно расставаться с ним. Какой подход должен использовать терапевт для работы с этой ситуацией? Ответ:
18	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные когнитивные техники, используемые в когнитивно-поведенческой терапии для работы с тревожными расстройствами у детей и подростков? Ответ:
19	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные диагностические критерии для определения специфической фобии у детей? Ответ:
20	Инструкция: прочитайте текст и напишите обоснованный ответ Каковы основные диагностические критерии сепарационного тревожного расстройства у детей? Ответ:

3.2.2. Типовые вопросы к промежуточной аттестации

1. Назовите основные предрасполагающие факторы формирования тревожных расстройств у детей и подростков и кратко охарактеризуйте их влияние.
2. Кратко объясните нейробиологические механизмы тревоги у детей и подростков и их значение для психотерапевтической работы.
3. Охарактеризуйте особенности развития эмоциональной сферы у детей и объясните их влияние на проявления тревожных реакций.
4. Перечислите основные методы психодиагностики тревожных расстройств у детей и подростков и кратко укажите их назначение.
5. Назовите общие принципы психотерапии тревожных расстройств у детей и подростков и кратко охарактеризуйте каждый из них.
6. Раскройте основные положения когнитивно-поведенческого подхода в работе с тревожными расстройствами у детей и подростков.
7. Объясните роль психообразования в когнитивно-поведенческой терапии тревожных расстройств у детей и родителей.
8. Перечислите основные когнитивные и поведенческие техники, применяемые в детско-подростковой практике, и кратко охарактеризуйте их.
9. Объясните принципы адаптации психотерапевтических методов к возрастным особенностям ребенка.
10. Назовите диагностические признаки генерализованного тревожного расстройства у детей и кратко опишите их проявления.
11. Опишите основные этапы психотерапии генерализованного тревожного расстройства у детей и подростков.
12. Охарактеризуйте особенности диагностики и терапии специфических фобий у детей и подростков.
13. Объясните принципы систематической десенсибилизации и экспозиционной терапии в детской практике.
14. Назовите основные проявления панического расстройства у детей и подростков и кратко их охарактеризуйте.
15. Опишите основные подходы к психотерапии панического расстройства у детей и подростков.
16. Раскройте особенности сепарационной тревоги и школьной фобии у детей и подростков.
17. Объясните принципы работы с родителями в когнитивно-поведенческой терапии детских тревожных расстройств.
18. Охарактеризуйте социальную тревогу у детей и подростков и кратко опишите ее проявления.
19. Объясните принципы планирования поведенческого эксперимента в работе с детской тревогой.
20. Назовите особенности диагностики и психотерапии элективного мутизма у детей и подростков.

4. Критерии оценивания

4.1. Критерии оценивания текущего контроля

Оценочное средство	Критерии оценивания
Устный опрос	Преподаватель объявляет первый вопрос. Студент обдумывает ответ и отвечает на вопрос преподавателя. Преподаватель может задать уточняющие вопросы, попросить привести примеры или объяснить свою точку зрения. Если студент затрудняется ответить на какой-либо вопрос, преподаватель может дать подсказку или направить студента к правильному ответу. По итогам опроса преподаватель дает обратную связь, учитывая полноту и точность ответов, а также способность студента рассуждать и анализировать информацию. В конце опроса преподаватель может подвести итоги, выделить наиболее важные моменты и дать рекомендации по улучшению знаний и навыков.
Практическое задание №1	План эксперимента строго адаптирован под указанный возраст (задачи посильны для ребенка); четко выделено проверяемое пророчество; форма регистрации понятна и привлекательна для юного клиента; убраны маркеры защитного поведения. План составлен без учета возраста (например, 9-летнему ребенку предлагают задание уровня взрослого); критерии проверки размыты; форма самонаблюдения отсутствует или слишком сложна.
Практическое задание №2	Дневник содержит регулярные записи; студент качественно описал соматический и эмоциональный эффект от изменения формулировки (как добавление фразы снижает веру мозга в катастрофу); предложены варианты того, как объяснить эту технику подростку на понятном ему языке. Дневник заполнен формально за один день; студент путает когнитивное расщепление с обычным позитивным самовнушением («я думал о хорошем»); рефлексия эффекта отсутствует.

4.2. Критерии оценивания промежуточной аттестации

Оценка	Уровень освоения результатов обучения	Критерии оценивания
зачтено	Высокий (продвинутый)	Студент демонстрирует понимание логики и структуры консультативного процесса, этапов работы и принципов взаимодействия с клиентом. Под руководством преподавателя способен анализировать запрос, выделять ключевые когнитивные, эмоциональные и поведенческие факторы, формулировать консультативные гипотезы и выстраивать последовательность работы в учебной ситуации, с учетом возрастной специфики проявления тревоги.
	Достаточный (базовый)	Студент демонстрирует знание основных этапов и принципов консультативного процесса с учетом возрастной специфики детей и подростков. Понимает особенности проявления психологических трудностей на разных этапах развития и роль семейной и образовательной среды. Под руководством преподавателя способен анализировать типовые учебные ситуации, выделять основные проблемы и факторы дезадаптации, а также в общем виде определять направления психологической помощи. Может соотносить особенности состояния ребенка с базовыми подходами к коррекции, однако нуждается в

		поддержке при более детализированном анализе и планировании работы.
	Минимальный (пороговый)	Студент воспроизводит отдельные представления о консультативном процессе и особенностях работы с детьми и подростками, однако понимание носит фрагментарный и недостаточно системный характер. С опорой на преподавателя способен участвовать в анализе простых учебных случаев, частично выделять отдельные поведенческие и эмоциональные проявления, а также ориентироваться в общих направлениях помощи. Испытывает затруднения в учете возрастных особенностей и влияния среды, последовательность работы выстраивает неполно и с опорой на подсказки.
не зачтено	Недостаточный (ниже минимального)	Студент не демонстрирует понимания логики консультативного процесса и специфики работы с детьми и подростками. Не способен анализировать даже упрощенные учебные ситуации, выделять значимые факторы развития и дезадаптации, а также учитывать роль семейного и социального окружения. Испытывает выраженные затруднения при определении направлений помощи, не ориентируется в базовых принципах психологической работы. Ответы носят несистемный, поверхностный или некорректный характер.

4.3. Шкала оценивания тестирования

Результаты тестирования при проведении **зачета** оцениваются по следующей шкале:

Процент правильных ответов	Оценка
60-100	зачтено
0-59	не зачтено