

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.07.2026 15:28:42
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5b76404be25b6646b5898c94e



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ТЕХНИКИ КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ПСИХОТЕРАПИИ И НЕЙРО-ЛИНГВИСТИЧЕСКОГО ПРОГРАММИРОВАНИЯ В РАБОТЕ С ПСИХОСОМАТИЧЕСКИМИ И РАССТРОЙСТВАМИ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Психотерапия психосоматических расстройств
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование совокупности знаний, умений и владений, обеспечивающих приобретение практического опыта, необходимого для освоения компетенций, позволяющих использовать рационально-эмоционально-поведенческие и гипнотические техники в терапии психосоматических заболеваний, а также методы НЛП и интегративные подходы для повышения эффективности терапии
Задачи дисциплины	1. Изучить основные принципы и стадии проведения рационально-эмоционально-поведенческой терапии, особенности работы с иррациональными убеждениями и их влиянием на психосоматические состояния 2. Ознакомиться с современными техниками КПТ, а также с их применением при психосоматике 3. Освоить методы работы с негативными переживаниями, ресурсными состояниями, якорями и мета-программами через техники НЛП, включая системы нейробиологических уровней и «линии времени» 4. Разобрать особенности использования гипнотических техник в психосоматике, познакомиться с различными методами суггестивной терапии, включая традиционные техники гипноза и гипноанализа, а также с техниками моделирования позитивного будущего и самоисцеления 5. Научиться применять техники внушения, рефрейминга, транса и самогипноза для коррекции симптомов, формирования ресурсных состояний и снижения эмоционального напряжения у клиентов с психосоматическими заболеваниями 6. Развить умения интеграции методов КПТ, НЛП, гипноза и других подходов в междисциплинарную терапевтическую работу для повышения эффективности лечения сложных психосоматических расстройств

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений	2 курс 4 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами	ПК-2.1 Выявляет и анализирует психологические факторы, определяющие состояние психического здоровья и уровень адаптации клиента (личности или коллектива), для формулирования консультативной гипотезы и определения стратегии помощи
	ПК-2.2 Проводит консультативные мероприятия с использованием методов и техник выбранного психотерапевтического подхода в соответствии с заявленной проблемой и индивидуально-психологическими особенностями обратившихся

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	4/144
Форма промежуточной аттестации	экзамен
Контактная работа	48
лекции	12
практические занятия	36
Самостоятельная работа	69
Контроль	27

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Использование рационально-эмоционально-поведенческой терапии в лечении психосоматических расстройств	58	6	18	34
2	Использование техник НЛП в лечении психосоматических расстройств	59	6	18	35
	Контроль	27			
	ИТОГО	144	12	36	69

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Использование рационально-эмоционально-поведенческой терапии в лечении психосоматических расстройств	Использование рационально-эмоционально-поведенческой терапии А. Эллиса при лечении психосоматических расстройств. Основные рациональные и иррациональные убеждения, имеющиеся у психосоматических клиентов. Влияние догматических императивов на стиль жизни больных. Когнитивные, эмотивные и поведенческие методы работы с больными. Стадии проведения рационально-эмоционально-поведенческой терапии. Основные техники рационально-эмоционально-поведенческой терапии Эллиса. Новые техники КПТ-подхода.
Использование техник НЛП в лечении психосоматических расстройств	Использование техник НЛП в лечении психосоматических расстройств. «Контрастный анализ субмодальностей» при смене проблемного состояния на благополучное. Техника «хорошо сформулированный результат». Использование техник рефрейминга. Работа с негативными переживаниями. Постановка и использование ресурсных якорей. Коллапс якорей. Работа в Мета- и Милтон-моделях и выявление основных персональных мета-программ и учет их в практической работе. Поиск ресурсных состояний с помощью «линии времени». Использование нейробиологических уровней для диагностики и работы с проблемами клиентов.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Использование рационально-эмоционально-поведенческой терапии в лечении психосоматических расстройств	Анализ иррациональных убеждений («катастрофизация», «долженствование»), запускающих мышечное и вегетативное напряжение	Теоретические знания об анализе когнитивных триггеров соматизации и принципов когнитивного диспута
Использование техник НЛП в лечении психосоматических расстройств	Изучение механизмов управления субмодальностями (ВАК-система). Анализ принципов условно-рефлекторного переноса состояний и технологий работы с Линией Времени.	Ролевой тренинг по технике «Перенос ресурсного состояния» Ролевой тренинг по технике «Моделирование позитивного сценария (Трехфильмовая прогрессия)»

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

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- электронное обучение и дистанционные образовательные технологии;
- технологии практической подготовки обучающихся;
- интерактивные методы обучения;
- технологии самостоятельной работы обучающихся;
- иные образовательные технологии, соответствующие целям и содержанию дисциплины.

Организация образовательного процесса может осуществляться с использованием электронной информационно-образовательной среды Института и иных ресурсов, применяемых в образовательной деятельности.

3. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины

3.1. Основная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Диджузеппе Р. Рационально-эмотивно-поведенческая терапия. / Р. Диджузеппе, К. Дойл, У. Драйден. - Астана : Спринт Бук, 2026. - 480 с. - ISBN 978-601-12-5944-6. - URL: (дата обращения: 17.06.2026). - Текст: электронный.	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/411745/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Дилтс Р. Фокусы языка. Изменение убеждений с помощью НЛП / Р. Дилтс. - Санкт-Петербург : Питер, 2010. - 256 с. - ISBN 978-5-49807-633-1	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/21909/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

3	Макдугалл Дж. Театры тела: Психоаналитический подход к лечению психосоматических расстройств. - Москва : Когито-Центр, 2007. - 215 с. - ISBN 5-89353-193-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29491/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	Малкина-Пых И. Г. Психосоматика : учебник / И.Г. Пых. - Москва : Директ-Медиа, 2020. - 422 с. - ISBN 978-5-4499-1464-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29491/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
5	Малкина-Пых И. Г. Психосоматика : учебник / И.Г. Пых. - Москва : Директ-Медиа, 2020. - 422 с. - ISBN 978-5-4499-1464-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/389830/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
6	Римский С. А. Мудрость тела. Путеводитель по методам телесно-ориентированной терапии [Электронный ресурс] : антология / пер. с англ. – 2-е изд. (эл.) / С.А. Римский. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2018. - 275 с. - ISBN 978-5-7312-0927-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/384716/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
7	Ульник Х. К. Кожа в психоанализе / Пер. с англ. / Х.К. Ульник. - Москва : Когито-Центр, 2017. - 277 с. - ISBN 978-5-89353-511-2	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/385898/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
8	Шишков В. В. Психотерапия функциональных расстройств. Карманный справочник врача и психолога. - Изд. 2-е, идент. / В.В. Шишков. - Санкт-Петербург : Скифия, 2023. - 496 с. - ISBN 978-5-00025-311-3	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/398574/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

3.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	Дилтс Р. Моделирование с помощью НЛП. / Р. Дилтс. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 288 с. - ISBN 978-5-4461-2018-5	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/379929/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Макдугалл Дж. Театры тела: Психоаналитический подход к лечению психосоматических расстройств. - Москва : Когито-Центр, 2007. - 215 с. - ISBN 5-89353-193-0	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29491/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Пелехатый М. Яростное НЛП. Незаметные техники разрушения личности. / М. Пелехатый, Е. Спирица. - Санкт-Петербург : Питер, 2023. - 240 с. - ISBN 978-5-4461-2311-7	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/387731/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	Печерская В. А. Панические атаки: верни контроль над своим телом / В.А.	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/398211/reading	Удаленный доступ с любых компьютеров,

	Печерская. - Москва : Галактика, 2023. - 212 с. - ISBN 978-5-6048979-6-6	Текст: электронный	имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
5	Фомичева Наталья. Правда и мифы о психосоматике: Как тело и психика влияют друг на друга. - Москва : Альпина, 2023. - 228 с. - ISBN 978-5-9614-8224-9	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/394020/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

3.3. Электронно-библиотечные системы

Наименование ЭБС	Адрес
Электронно-библиотечная система Айбукс.ру	Ibooks.ru

3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Наименование	Адрес
Профессиональные базы 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 наукам.</i>	Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)
Российское психологическое общество <i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>	Российское Психологическое Общество
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига
Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии <i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>	Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии
Большая российская энциклопедия	Большая российская энциклопедия

Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.	
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.	ВАК
Журнал «Вопросы психологии» Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования» Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.	Министерство науки и высшего образования
Портал ФГОС ВО Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.	Портал правовой информации
Гарант Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.	garant.ru
КонсультантПлюс Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.	КонсультантПлюс

3.5. Программное обеспечение

Наименование ПО	Тип лицензии
Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM)	OEM-лицензия
Kaspersky Endpoint Security	Коммерческая лицензия
LibreOffice	Свободно распространяемое ПО
7-Zip	Свободно распространяемое ПО
VLC Media Player	Свободно распространяемое ПО

3.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Материально-техническое обеспечение	Назначение
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	Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий
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	Организация самостоятельной работы обучающихся

4. Особенности освоения дисциплины обучающимися из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Реализация дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья в соответствии с законодательством Российской Федерации и локальными нормативными актами Института.

При необходимости обучающимся могут быть созданы специальные условия для освоения дисциплины, прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

5. Фонд оценочных средств

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разрабатывается в соответствии с локальными нормативными актами Института и включает оценочные материалы, критерии и процедуры оценивания результатов освоения дисциплины.