

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 29.08.2026 15:45:14
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da5764041e156c14c5898c94



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./
«14» апреля 2026 г.

Приказ от «14» апреля 2026 г. № 14/04/26-002-р

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ОСНОВЫ ТЕРАПИИ ПРИНЯТИЯ И ОТВЕТСТВЕННОСТИ

Направление подготовки	37.03.01 Психология
Направленность (профиль)	Психологическое консультирование и психотерапия
Уровень высшего образования	Бакалавриат
Форма обучения	Очная

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование у обучающихся системы знаний о теоретических основах, принципах и возможностях применения терапии принятия и ответственности, а также способности использовать данный подход при анализе психологических трудностей и планировании консультативной работы.
Задачи дисциплины	– сформировать представления о теоретико-методологических основах терапии принятия и ответственности; – познакомить с принципами концептуализации случая и планирования психологической помощи в рамках данного подхода; – сформировать представления о возможностях применения современных методов третьей волны когнитивно-поведенческой терапии при различных психологических проблемах; – сформировать готовность учитывать профессиональные, этические и методические основы использования данного подхода в психологическом консультировании.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений Элективные дисциплины (модули)	4 курс 7 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-2 Способен участвовать в организации и проведении психологического консультирования по вопросам личностного развития, межличностного взаимодействия и преодоления трудных жизненных ситуаций	ПК-2.1 Устанавливает профессиональное взаимодействие с участниками консультативного процесса, соблюдая нормы профессиональной этики и конфиденциальности
	ПК-2.2 Анализирует особенности ситуации обращения и определяет направления консультативной работы в пределах поставленных задач
	ПК-2.3 Использует методы и приемы консультативного взаимодействия в соответствии с целью консультативной работы и особенностями ситуации обращения

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	3/108
Форма промежуточной аттестации	зачет с оценкой

Контактная работа	72
лекции	24
практические занятия	48
Самостоятельная работа	36

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Теоретико-методологические основы терапии принятия и ответственности	24	8	8	8
2	Концептуализация случая и основные методы терапии принятия и ответственности	30	8	14	8
3	Применение терапии принятия и ответственности при эмоциональных нарушениях	26	4	14	8
4	Возможности применения терапии принятия и ответственности при различных психологических проблемах	28	4	12	12
	ИТОГО	108	24	48	36

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Теоретико-методологические основы терапии принятия и ответственности	История возникновения терапии принятия и ответственности и ее место среди современных направлений когнитивно-поведенческой психотерапии. Теоретические основы метода: функциональный контекстуализм, теория реляционных фреймов, поведенческий анализ. Понятие психологической гибкости как центральной категории терапии принятия и ответственности. Шесть базовых процессов модели психологической гибкости: принятие, когнитивное разделение, селф как контекст, осознанное присутствие, ценности, целенаправленные действия. Их взаимосвязь и значение в психологическом консультировании. Роль психолога-консультанта, особенности терапевтического взаимодействия и профессиональные границы применения подхода.
Концептуализация случая и основные методы терапии принятия и ответственности	Принципы концептуализации психологического случая в терапии принятия и ответственности. Основные модели концептуализации: гексафлекс, АСТ-матрица, модель «точки выбора». Определение терапевтических мишеней и планирование консультативной работы. Понятие креативной безнадежности как этапа психологического консультирования. Основные интервенции терапии принятия и ответственности, направленные на развитие психологической гибкости. Использование терапевтических метафор как средства психологической работы. Принципы построения и применения метафор в консультировании. Практики осознанности (майндфулнесс): цели, задачи, особенности использования и ограничения применения в деятельности психолога.
Применение терапии принятия и ответственности при эмоциональных нарушениях	Современные представления о тревожных и депрессивных расстройствах с позиции терапии принятия и ответственности. Механизмы формирования и поддержания психологических трудностей. Психологическая гибкость как

	фактор адаптации. Особенности консультативной работы с избегающим поведением, эмоциональной дезадаптацией, сниженной мотивацией, ангедонией и апатией. Возможности использования техник принятия, когнитивного разделения, работы с ценностями и осознанностью. Принципы применения элементов экспозиционного подхода в рамках терапии принятия и ответственности. Показания, ограничения и вопросы безопасности использования отдельных методов.
Возможности применения терапии принятия и ответственности при различных психологических проблемах	Трансдиагностическая модель терапии принятия и ответственности. Особенности использования подхода при консультировании клиентов, переживающих горе и утрату, хроническую боль, последствия психотравмирующих событий, посттравматическое стрессовое расстройство, комплексное посттравматическое стрессовое расстройство, аддиктивное поведение и другие психологические трудности. Особенности концептуализации различных клиентских случаев. Подбор консультативных стратегий, использование терапевтических метафор и техник развития психологической гибкости. Специфика взаимодействия психолога с клиентами, находящимися в кризисных состояниях. Ограничения применения метода, профессиональные границы консультирования, типичные трудности начинающих специалистов и пути их предупреждения.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Теоретико-методологические основы терапии принятия и ответственности	Изучение учебной литературы	Устный опрос
Концептуализация случая и основные методы терапии принятия и ответственности	Анализ материалов по теме	Обсуждение результатов работы
Применение терапии принятия и ответственности при эмоциональных нарушениях	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий
Возможности применения терапии принятия и ответственности при различных психологических проблемах	Работа с профессиональной литературой	Участие в обсуждении

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и углубление знаний о теоретических основах терапии принятия и ответственности, возможностях ее применения при различных психологических проблемах, а также на развитие навыков анализа профессиональных ситуаций и применения полученных знаний в практической деятельности.

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

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- 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: https://ibooks.ru/bookshelf/411745/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

3.2. Дополнительная литература

№ п/п	Наименование	Электронный ресурс	Доступ
1	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
2	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

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 <i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>	Большая российская энциклопедия
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России <i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i>	ВАК
Журнал «Вопросы психологии» <i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i>	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования» <i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i>	Министерство науки и высшего образования

Портал ФГОС ВО <i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации <i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>	Портал правовой информации
Гарант <i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>	garant.ru
КонсультантПлюс <i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>	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, магнитно-маркерная доска	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.