

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬ-
НОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

По выполнению практических работ

По дисциплине «**Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом
консультировании**»

Для студентов направления подготовки

37.04.01 «Психология»

Направленность (профиль)

«Психологическое консультирование»

Ставрополь 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

Введение

Тема 1. Развитие бихевиорального и когнитивного подходов.

Тема 2. Развитие когнитивной терапии и формирование когнитивно-поведенческого подхода.

Тема 3. Бихевиоральная парадигма в психологическом консультировании:

Тема 4. Теория социального научения Альберта Бандуры. Практика моделирования поведения.

Тема 5. Когнитивно-аналитический подход: теория личностных конструктов Джорджа Келли.

Тема 6. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия Альберта Эллиса.

Тема 7. Когнитивная терапия Аарона Бека.

Тема 8. Многообразие подходов в современной зарубежной когнитивно-поведенческой парадигме.

Тема 9. Когнитивно-поведенческий подход в российской консультативной и психотерапевтической практике.

ВВЕДЕНИЕ

Цель освоения дисциплины - формирование базовых знаний о групповых процессах, об основных моделях, принципах и закономерностях когнитивно-бихевиорального подхода в консультировании; развитие научно-обоснованного понимания принципов современной терапевтической и консультативной работы с клиентами.

Задачи освоения дисциплины:

1. ознакомление с основными понятиями когнитивно-поведенческого подхода, основными принципами, техниками, методологией психологического консультирования в парадигме когнитивно-поведенческого подхода;
2. формирование умения качественно и систематично применять изученные методики, учитывать обратную связь;
3. анализировать конкретные ситуации клиентского опыта с точки зрения когнитивно-поведенческих моделей; выбирать и применять адекватный инструментарий для решений тех или иных проблем клиента в ходе психологического консультирования;
4. овладеть навыками установления контакта, проведения психологической консультации в парадигме когнитивно-поведенческого подхода; техниками и методами работы с клиентом в парадигме когнитивно-поведенческого подхода.

Дисциплина «**Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании**» направлена на формирование у выпускника магистратуры таких компетенций как

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи
--

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний
--

Тема1. Развитие бихевиорального и когнитивного подходов.

Цель. Проанализировать подходы отечественных и зарубежных авторов по вопросам консультирования с позиций их бихевиорального и когнитивного подходов.

Знания и умения, при обретаемые студентом в результате освоения темы(семинара), формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи.

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: Не смотря на то, что когнитивно-поведенческий подход в консультировании и психотерапии появился относительно недавно (активно развиваться он начал в 50—60-е гг. XX в.), корни его можно обнаружить во многих философских теориях.

Теоретическая часть: Непосредственным и теоретическими источниками когнитивно-бихевиорального направления в консультировании являются бихевиоральный и когнитивный подходы. На ранних стадиях развития бихевиоральный и когнитивный подходы развивались независимо друг от друга, однако уже в ранних бихевиоральных теориях прослеживаются когнитивно-ориентированные идеи: действительно, для модификации поведения не обходимо использование познавательных процессов—эта идея звучит уже в понятии «когнитивных карт» Э.Ч. Толмена. Когнитивно-ориентированные психологи также столкнулись с необходимостью воздействия на уровень поведения. В современных теориях, как мы увидим далее, используются как когнитивные, так и поведенческие процессы, поэтому чаще говорят о едином когнитивно-поведенческом подходе, чем о двух отдельных направлениях.

Модель человека в когнитивном подходе отличается от бихевиоральной: бихевиоризм—человек реагирующий (модель S-R); когнитивизм— человек думающий. Основное внимание, таким образом, в когнитивной модели уделяется анализу процесса познания.

Основные принципы когнитивно-бихевиорального подхода:

1. Когнитивно-бихевиоральные психологи не интересуются причинами расстройств и прошлым пациентов, а имеют дело с настоящим: поведенческие терапевты сосредотачиваются на актуальном поведении, а когнитивные —на том, что думает человек о себе в настоящем.

2.И те и другие смотрят на терапию как на процесс научения, а терапевта—как на учителя. Поведенческие терапевты учат новым способам поведения, а когнитивные—новым способам мышления.

3.И те и другие дают пациентам домашние задания, с тем чтобы они практиковали за пределами терапевтической среды то, что получили вовремя сеансов.

4.И те и другие оказывают предпочтение "практическому" подходу, необремененному сложным и теориям и личности.

Генерализация(обобщение)—это понятие, восходящее к опытам И. Павлова и «закону ассоциативного сдвига» Э. Торндайка, отражает феноменологию, относящуюся к стимулу и обобщения воздействия. В начале 50-х гг. прошлого века экспериментально было показано, что существует не только моторное эмоциональное, но и визуальное и вербальное, в частности, семантическое обобщение (К. Ноубл, Дж. Лэйси и Р. Смит).

Затухание. Понятие отражает закономерности, связанные с исчезновением реакции, вызванной в результате обусловливания.

Контробусловливание. Понятие отражает действие обусловливания, несовместимые с первоначальным обусловливающим воздействием.

Эффект частичного подкрепления. Понятие отражает феномен поведения, при котором подкрепление, хотя и не постоянное, вызывает желаемое действие.

Вызванная эмоциональная реакция. Понятие фиксирует феномен, при котором предъявление безразличного условного стимула в сочетании с болезненным безусловным стимулом вызывает страх при повторении предъявления безразличного условного стимула.

Реакция избегания. Данное понятие характеризует явление исчезновения эмоции страха, когда субъект на учится избегать действия болезненного стимула.

Конфликт в бихевиоральной психотерапии означает противоречия между потребностью и связанной с ней реакцией избегания.

Например, реакция избегания, связанная с подавлением сексуальной потребности, вызывает фрустрацию и чувство одиночества. Избыточное поведение (двигательное, эмоциональное или мыслительное) возникает как разновидность реакции избегания, при которой происходит генерализация действий, получивших ранее отрицательное подкрепление, или их замещение посредством направленности на другой объект.

Контрольные вопросы

1.Что влияет на процесс положительных перемен в поведении?

2.В чём состоит главный механизм когнитивно-бихевиоральной терапии и консультирования?

3.Что является главными ценностями когнитивно бихевиорального подхода?

Задания

Проведите сравнительный анализ мультимодальной поведенческой терапии(А. Лазарус, А. Бандура, Т. Нейланс и др.) и Метод снятия посттравматического синдрома(Ф. Шапиро).

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова. - 2-изд. - М.: Издательство Юрайт, 2019. -211с.

Кочюнас Р. Психологическое консультирование [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. — Электрон. текстовые данные. — М. : Академический Проект, Трикса, 2015. — 224 с. — 978-5-8291-1789-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36513.html>8.1.2.

Пахальян В.Э. Психологическое консультирование [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Пахальян В.Э.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 311 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29299>. — ЭБС «IPRbooks»

Перечень дополнительной литературы:

Абаева И.В. Технологии и методы коррекционной и консультативной работы психолога образования [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. — Электрон. текстовые данные. — Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2017. — 89 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73816.html>

Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология.—СПб.:Речь,2001.—352с.

Зими́на Н.А. Профессиональные умения и навыки ведения консультативной беседы [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н.А. Зими́на. — Электрон. текстовые данные. — Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, 2015. — 69 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/46257.html>

Когнитивная психология в контексте проблем современного образования [Электронный ресурс] : коллективная монография / Р.Н. Абрамишвили [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский педагогический государственный университет, 2017. — 187 с. — 978-5-4263-0523-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/75804.html>

Колесникова Г.И. Позитивное общение без манипуляции [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г.И. Колесникова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 198 с. — 978-5-4486-0274-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73622.html>

Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования.—СПб.:Питер,2000.—464с.

Уоллен С., Ди Гусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход.—М.:Институт Гуманитарных знаний,1997.—257с.

Хайл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии.—СПб.:Восточно-Европейский Институт Психоанализа; Речь, 2001.—784 с.

Тема 2. Развитие когнитивной терапии и формирование когнитивно-поведенческого подхода.

Цель: Охарактеризовать этапы развития направлений когнитивной терапии и когнитивно-поведенческого подхода

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: Когнитивно-поведенческий подход формировался как альтернатива доминировавшему в первой половине XX в. психоанализу. Однако уже в русле психоаналитически ориентированных концепций можно обнаружить идеи и даже терапевтические приемы, которые явились прототипом когнитивно-бихевиоральных моделей.

Теоретическая часть: Поведенческая терапия как «модификация поведения» впервые возникает как оппозиция психоаналитическому подходу, доминировавшему в американской терапевтической практике, в 30-е гг. и окончательно оформляется в самостоятельное направление в 50-е гг. XX в.

Выделяют три направления, которые можно рассматривать также как этапы становления поведенческой терапии (по: Александров А.А., 1997):

1) классические работы Д. Вольпа, А. Лазаруса, основанные на принципах классического обусловливания И.П. Павлова и теории научения Холла;

2) работы по оперантному обусловливанию Б.Ф. Скиннера;

3) работы по когнитивному научению А. Бандуры. В исследованиях Д. Вольпа, проведенных на лабораторных животных, была сделана попытка изучения происхождения и угасания невротической тревожности с позиций теории классического обусловливания. Данные, полученные в этих экспериментах, были прямо перенесены Д. Вольпом на объяснение человеческого поведения, что позволило ему предложить в качестве коррекционного метода систематической десенсибилизации, основанный на механизме контробоусловливания (угасания условных реакций).

Метод систематической десенсибилизации стал первой попыткой распространения поведенческого подхода на практику психокоррекции. Вторым источником поведенческой терапии стали работы Б.Ф. Скиннера по оперантному обусловливанию. В экспериментах с умственно отсталыми людьми было показано, что научением отборному поведению может быть достигнуто путем подкрепления движений, представляющих собой последовательность действий, систематически приближающихся к требуемому ответу. Коррекция дезадаптивного поведения путем систематического формирования нового социально желаемого поведения параллельно с угасанием девиантного пове-

дения стала широко практиковаться при работе с детьми в школах, с больными в психиатрических лечебницах и исправительных учреждениях.

Наконец, в середине 60-х гг. XX в. когнитивная психология, завоевавшая прочные позиции в американской психологии, утверждается и в поведенческой терапии во многом благодаря работам А. Бандуры. А. Бандура подчеркнул важность замещающих, символических и саморегулятивных процессов в научении. Научение через подражание образцам, играющее ведущую роль в приобретении культурных паттернов поведения, является также и основным видом коррекции дезадаптивного поведения в психотерапии. Решающее значение, таким образом, в практике коррекции поведения приобретают регулятивные когнитивные процессы. На ранних стадиях развития поведенческая терапия определялась как приложение «современной теории научения» к лечению клинических проблем. Понятие «современные теории на учения» относилось к принципам процедур классического и оперантного обусловливания.

Контрольные вопросы:

1. Какими внешними причинами обусловлено выделение этапов становления когнитивно-бихевиорального подхода?
2. Что такое Метод систематической десенсибилизации?
3. Что стало прототипом когнитивно-бихевиоральных моделей?

Задания:

Ключевое понятие в тезаурусе бихевиористов—понятие научения. Дайте развернутую характеристику.

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова, З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. пособие для бакалавриата, специалитета магистратуры/З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова.—2-е изд.—М.: Издательство Юрайт, 2019.—211 с.

Дополнительная литература

Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология.—СПб.: Речь, 2001.—352 с.
Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования.—СПб.: Питер, 2000.—464 с.
Уоллен С., Ди Гусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход.—М.: Институт Гуманитарных знаний, 1997.—257 с.

Тема 3. Теория социального научения Альберта Бандуры. Практика моделирования поведения.

Цель: дать представление о теории социального научения А. Бандуры. Дать характеристику особенностям моделирования поведения в социальном научении А. Бандуры.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи.

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: Подход Бандуры получил название теории социального научения, поскольку он занимается изучением поведения на уровне его формирования и модифицирования в социальных ситуациях. Бандура критиковал исследования Скиннера, который использовал только отдельные виды подопытных животных, в основном крыс и голубей, а не людей, взаимодействующих друг с другом. Лишь немногие люди проживают в условиях полной социальной изоляции. Бандура утверждал, что не стоит ожидать новых научных открытий в психологии, если будет игнорироваться изучение социального взаимодействия, столь характерного для современного мира.

Теоретическая часть: Социальная когнитивная теория Бандуры является менее экстремальной формой бихевиоризма, чем бихевиоризм Скиннера; она отражает возобновление интереса психологии к когнитивным факторам. Общий подход Бандуры основан на бихевиоризме. Его исследования базируются на наблюдении за поведением испытуемых людей в процессе их взаимодействия. Он не использует интроспекцию и отдает должное значению подкрепления в формировании или модификации поведения.

Однако система Бандуры является не только бихевиоральной, но и когнитивной. Он подчеркивает влияние на внешние схемы подкрепления таких установок, как вера, ожидания, инструкции. Согласно Бандуре, поведенческая реакция не включается автоматически внешним раздражителем, как это происходит у роботов или машин. Напротив, реакции на раздражители являются самоактивирующимися. Человек сознательно воспринимает положительное подкрепление, он предвидит его получение в случае соответствующего поведения.

Не смотря на то, что Бандура соглашается со Скиннером, что человеческое поведение можно модифицировать посредством подкрепления, а также верит в то — и даже доказывает это эмпирическим путем, — что человек может освоить практически все виды поведения без непосредственного получения какого-либо подкрепления.

Нам далеко не всегда требуется подкрепление; мы можем учиться на чужом опыте, посредством **косвенного подкрепления**, наблюдая за поведением других людей и последствиями этого поведения.

Косвенное подкрепление — введенное бандурой понятие о том, что научение может происходить на основе наблюдений за поведением других людей и последствиями этого поведения, а не на основе лично-полученного подкрепления.

Контрольные вопросы:

1. Что такое Человеческая агентность?
2. Что включает в себя научение через наблюдение?

Задания:

Дать характеристику пяти основных когнитивных способностей человека.

1. Способность символизации.
2. Способность предвидения.
3. Способность опосредования (викарная способность).
4. Способность саморегуляции.
5. Способность самоанализа.

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова, З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. Пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры /З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова.—2-изд.—М.: Издательство Юрайт, 2019.— 211 с.

Дополнительная литература

Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология.—СПб.: Речь, 2001. — 352 с.
Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования.— СПб.: Питер,2000.—464 с.
Уоллен С.,Ди Гусепп Р.,Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход. — М.: Институт Гуманитарных знаний, 1997.—257с.

Хайл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии. — СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа;Речь,2001.—784с.

Тема4.Когнитивно-аналитическийподход: теория личностных конструкторов Джорджа Келли.

Цель: Сформировать представление о теории личностных конструкторов **Джорджа Келли** в когнитивно-аналитическом подходе.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара),формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи.

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: Когнитивная теория личности близка к гуманистической, однако в ней имеется ряд существенных отличий. Главным источником развития личности, согласно Келли, является среда, социальное окружение.

Когнитивная теория личности подчеркивает влияние интеллектуальных процессов на поведение человека. В этой теории любой человек сравнивается с ученым, проверяющим гипотезы о

природе вещей и делающим прогноз будущих событий. Любое событие открыто для многократного интерпретирования.

Теоретическая часть: Каждый человек обладает уникальной, свойственной только ему, иерархически организованной системой личных конструктов, которая определяет его поведение и позволяет прогнозировать будущие события. Фактически Дж. Келли понимал личность как организованную систему конструктов. Понять личность — значит, с точки зрения Дж. Келли, понять систему конструктов человека.

Конструкт—это биполярная шкала, описывающая сходство и различие между объектами. Примеры таких шкал: «добрый—злой», «умный —глупый». Эти шкалы взаимосвязаны между собой и в целом образуют систему, лежащую в основе мировосприятия человека.

Конструкты лежат в основе прогностической способности человека. Именно на основе своей системы конструктов человек выдвигает гипотезы о мире, каким образом будет вести себя тот или иной человек и каков будет исход событий. Эти представления определяют собственное поведение человека. Например, человек, считающий, что все люди злые, будет подозрительно относиться к окружающим, ожидать агрессии с их стороны. Соответственно, сам будет вести себя по отношению к людям оборонительно-агрессивно, что действительно может вызывать ответную агрессию у окружающих. При этом его гипотеза о том, что все люди злые, будет укрепляться. Таким образом, люди часто сами создают ситуации, подтверждающие их систему конструктов.

Не подтверждение конструктов ведет или к отказу от конструкта, или к перестройке отношений между конструктами. Однако перестройка конструктивной системы—сложный процесс, сопряженный с неприятными для человека переживаниями, и люди стремятся с охранять свои конструкты до последнего. Так, мать часто последней узнает, что ее сын, бывший отличник и хороший мальчик,—наркоман, не замечая явных признаков болезни или неправильно их интерпретируя. Поэтому процесс перестройки неадекватной системы конструктов часто требует участия профессионального психолога.

Система конструктов у каждого человека индивидуальна, поэтому каждый интерпретирует ситуацию по-своему. Это приводит к тому, что на одну и ту же ситуацию существуют самые различные точки зрения ее участников. Юристы хорошо знают, что при опросе свидетелей показания не бывают идентичными. Таким образом, нет истинного способа интерпретации поведения человека. Этот постулат своей теории Келлина звал **конструктивным альтернативизмом**. Для того чтобы люди понимали друг друга, они должны обладать сходной системой конструктов. Но это маловероятно. Поэтому успешными в социальной среде будут те люди, которые могут воссоздавать, понимать систему конструктов других людей. То есть при общении люди играют роли, не всегда следуя собственным конструктам. Роль—это образ действия, осуществляемого с учетом понимания точки зрения другого человека. Человек играет роль в том смысле, что при выборе способа поведения он руководствуется предвидением того, каким образом другой человек конструирует события.

Контрольные вопросы:

1. Что является главным источником развития личности?
2. Какие типы личностных конструктов выделил Д. Келли?

Задания:

Сформулируйте и раскройте основные положения когнитивно- поведенческой психотерапии

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова, З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. Пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова. —2-изд. —М.: Издательство Юрайт, 2019. — 211 с.

Дополнительная литература

- Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология. – СПб.: Речь, 2001. – 352 с.
- Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.: Питер, 2000. – 464 с.
- Уоллен С., Ди Гусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход. – М.: Институт Гуманитарных знаний, 1997. – 257с.
- Хайл- Эверс А., Хайгл Ф.,Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии. – СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа; Речь ,2001. – 784 с.

Тема 5. Рационально-эмоциональная поведенческая терапия Альберта Эллиса.

Цель: Раскрыть особенности рационально-эмотивной терапии (РЭТ)

А. Эллиса

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: В рационально-эмотивной терапии (РЭТ) считается, что у психотерапии есть две основные задачи. Первая – помогать клиентам (а по – моему, и всему человечеству) свести к минимуму иррациональное мышление, неадекватные чувства и дисфункциональное поведение.

Теоретическая часть: В концепции РЭТ предполагается, что источником психологических нарушений, прежде всего, является система индивидуальных иррациональных представлений о мире, усваиваемая, как правило, в детстве от значимых взрослых.

Невроз, в частности, трактуется Эллисом как «иррациональное мышление и поведение». Сердце виной же эмоциональных нарушений является само обвинение. Важным понятием в РЭТ является понятие «ловушка», то есть все те когнитивные образования, которые осознают необоснованную (невротическую) тревогу, раздражительность и т.п.

Эллис утверждает, что хотя любимым в атмосфере принятия и приятно, человек должен также чувствовать себя достаточно уязвимым и вне такой атмосферы. Поэтому в направлении разработан своеобразный «кодекс невротика», то есть ошибочные суждения, стремление выполнить которые ведет к психологическим проблемам. Эллис предложил четырехкомпонентную структуру личности, названную им первыми буквами латинского алфавита (А–В–С–D–теория).

Эта концептуальная схема позволяет клиенту самому вести эффективное самонаблюдение и самоанализ в виде дневниковых записей. Здесь А – активизирующее событие, В – мнение о событии, С – эмоциональное или поведенческое последствие события, D – последующая реакция на событие в результате мыслительной переработки, E – завершающее ценностное умозаключение (конструктивное или деструктивное).

В целом же психологическими предпосылками РЭТ являются: признание личной ответственности за свои проблемы; принятие идеи, что имеется возможность решительно повлиять на эти проблемы; признание, что эмоциональные проблемы проистекают из иррациональных представлений; осознание этих представлений; признание полезности серьезного обсуждения этих представлений; согласие прилагать усилия к конфронтации со своим логичными суждениями; согласие на использование РЭТ.

Контрольные вопросы:

1. Что является психическим здоровьем в терапии А. Эллиса?
2. Каково соотношение когнитивного, эмотивного и бихевиорального в РЭТ?
3. В чём состоит концепция самооценки в терапии А. Эллиса?
4. Как используется модель ABC в психотерапии?

Задания:

1. Опишите процесс изменения личности и базовые принципы рационально-эмотивной психотерапии.
2. Приведите примеры использования РЭТ при работе с детьми и (или) подростками.

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова, З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. Пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры /З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова. — 2 - е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 211 с.

Дополнительная литература

Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология. – СПб.: Речь, 2001. – 352 с.

Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.:

Питер, 2000. – 464 с.

Уоллен С., Ди Гусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход.—М.: Институт Гуманитарных знаний, 1997. — 257 с.

Хайл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии. — СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа; Речь, 2001. — 784 с.

Тема 6. Когнитивная терапия Аарона Бека.

Цель: Провести сравнительный анализ подходов А Бека и А Эллиса.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи.

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: Близкой к РЭТ является когнитивная психотерапия А. Бека, основное внимание в которой уделяется эмоциональным нарушениям, в частности, депрессии. Хотя Бек развивал свою концепцию независимо от А. Эллиса, оба течения совпадают в целях, приемах работы и исходных предположениях, среди которых в центре — помощь клиенту в отказе от саморазрушительных когнитивных структур.

Теоретическая часть: Эмоциональные расстройства в концепции Бека трактуются, прежде всего, как расстройства когнитивные. В частности, такое когнитивное нарушение как депрессия имеет три компонента: восприятие себя, восприятие переживаний, восприятие будущего. Ошибочными или негативными способами мышления Бек считал следующие: - «все или ничего» (видение ситуации либо в белых, либо в черных тонах); -сверхообщение (интерпретация негативного единичного примера как сигнала о грядущей неудаче); -«ментальный фильтр» (отфильтровывание информации: накапливание негативной и игнорирование позитивной информации); -автоматическое обесценивание (недоверие и обесценивание позитивной информации, например, неспособность принимать похвалу); -скачок к умозаключению («Она рассердилась,—значит, я плохой» и т.п.); -максимализм или минимизация (видение вещей непропорциональными: раздувание чего-либо или умаление); -эмоциональное резонерство (поиск логического заключения из факта, например, плохого настроения); -долженствования (наличие в языке или/и убеждениях слова «должен», обращенного к себе, к другим, к миру); -наклеивание и срывание ярлыков («Эти люди такие-то...» вместо «Эти люди сделали то-то и то-то...»); -персонализация («Чтобы ни случилось, это ваша личная ошибка»). Для преодоления когнитивных нарушений Бек предложил специфические техники работы: обнаружение и регистрация автоматически возникающих мыслей; ежедневная запись «мешающих» мыслей; установление личностного смысла события; обобщение автоматических мыслей; операционализирование негативных конструктов; анализ значимости некорректных представлений и т.п. Он также выделил три метода коррекции ошибочных убеждений: интеллектуальный— тестирование сомнительных или ошибочных концепций и замена их более валидными; экспериментальный — проживание определенного опыта с целью проверки ошибочных предположений о нем, которые принимаются как реальные; поведенческий— развитие новых стратегий совладания, например: обучение определенному методу релаксации, навыкам поведения в конфликте, десентизация и т.п.

Контрольные вопросы:

1. В чём состоит когнитивная терапия А. Бека?
2. Что включает в себя модель аномального поведения?
3. Как обнаруживаются в когнитивной терапии А. Бека автоматические и ошибочные мысли?
4. Какие важнейшие бихевиоральные техники применяются в когнитивной психотерапии А. Бека?

Задания:

Когнитивная модель депрессии: описать поведение клиента.

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова, З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. Пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры /З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова. — 2 - е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 211 с.

Дополнительная литература

Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология. – СПб.: Речь, 2001. – 352 с.

Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования. – СПб.:

Питер, 2000. – 464 с.

Уоллен С., Ди Гусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход. – М.: Институт Гуманитарных знаний, 1997. – 257 с.

Хайл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии. – СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа; Речь, 2001. – 784 с.

Тема 7. Многообразие подходов в современной зарубежной когнитивно-поведенческой парадигме.

Цель: Познакомить с основными подходами современной зарубежной когнитивно-поведенческой терапии.

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: В настоящее время можно говорить о существовании различных когнитивно-бихевиоральных подходов, которые различные авторы объединяют в группы по различным основаниям. Нам представляется возможным выделить три блока когнитивно-бихевиоральных подходов

Теоретическая часть: Консультирование по жизненным умениям может использоваться, чтобы помочь клиентам противостоять как экзистенциальным заботам, так и непосредственным проблемам. Например, некоторые люди неизлечимо больны раком. Им может потребоваться содействие по крайней мере в четырех областях. Консультант должен помочь своему неизлечимо больному клиенту столкнуться лицом к лицу со смертельной тревогой и примириться с ней; справиться с проблемами, возникающими в связи с обусловленными раком переживаниями, например с изменениями во внешности, ухудшением здоровья; справиться с проблемами, которые имеются у клиента независимо от наличия заболевания, например с приводящим к частому возникновению стресса образом жизни, плохими отношениями с супругом(ой); найти смысл для оставшегося периода жизни.

Квалифицированный консультант по жизненным умениям не обойдет вниманием все эти области и проявит готовность в них работать. Консультирование по жизненным умениям применяется в группах.

Во-первых, концепции жизненных умений могут быть вплетены в работу групп, основанную на взаимодействии. Например, члены консультационных групп могут использовать язык навыков, чтобы анализировать либо общение в пределах группы, либо проблемы членов группы, возникающие за ее пределами. Консультанты, работающие с группами, могут также помогать членам группы развивать соответствующие навыки мышления и действия.

Во-вторых, принципы консультирования по жизненным умениям могут быть распространены на работу групп, члены которых обучаются жизненным умениям (например, навыкам выслушивания или навыкам управления стрессом). Ключевыми характеристиками таких групп является использование языка навыков, договоренность относительно целей выработки навыков ясного мышления и действия, предложение поддерживающих отношений, использование хороших навыков обучения и подчеркивание особой важности укрепления выученных навыков оказания самопомощи.

Контрольные вопросы:

1. Как осуществляются изменения при конкретных нарушениях (депрессия, травматический невроз, повышенная тревожность, фобия и пр.)?
2. Раскройте сущность взглядов Д. Мейхенбаума на главные принципы, цели, задачи и основной предмет когнитивно-бихевиоральной терапии (КБТ).

3. Раскройте содержание понятий «когнитивное событие» и «когнитивные процессы» в теории Д. Мейхенбаума.
4. Какие способы раскрытия эмоционального мира клиента существуют в когнитивно-бихевиоральной терапии с точки зрения Д. Мейхенбаума?
5. В чем состоит сущность Консультирования по жизненным умениям Р. Нельсона - Джоунса: ее основные цели и задачи?

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова, З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. Пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры /З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова. — 2 - е изд. — М.: Издательство Юрайт, 2019. — 211 с.

Дополнительная литература

Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология. – СПб.: Речь, 2001. – 352 с.

Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования.– СПб.:

Питер, 2000. – 464 с.

Уоллен С., Ди Гусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход.–М.: Институт Гуманитарных знаний, 1997. – 257 с.

Хайл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии. – СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа; Речь, 2001. – 784 с.

Тема 9. Когнитивно-поведенческий подход в российской консультативной и психотерапевтической практике

Цель: познакомить с основными течениями в когнитивно-поведенческом подходе в российской консультативной и психотерапевтической практике

Знания и умения, приобретаемые студентом в результате освоения темы (семинара), формируемые компетенции или их части:

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Актуальность темы: Консультирование по жизненным умениям имеет две главные цели: развитие навыков, позволяющих справляться с определенными проблемами в настоящее время и в будущем, и развитие умелого человека

Теоретическая часть: В когнитивно-бихевиоральной терапии не принято напролом атаковать убеждения клиента, поскольку это может привести к «застреванию» на них. Психотерапевт, который хочет помочь клиенту изменить убеждения, должен идти «окольными путями».

Есть разные способы сделать эмоционально окрашенные убеждения открытыми для перемен: можно сделать клиента своим соратником, уменьшить его защитные реакции, а можно показать ему его убеждения в преувеличенном виде, чтобы получить его реакцию. Процесс изменений обычно бывает насыщен «горячими» когнициями. «Холодные» когниции – представление информации, оспаривание, логика – редко помогают изменить убеждения, которых клиент упорно придерживается, и сопровождающее их поведение.

В последнее время когнитивно-бихевиоральная психотерапия большое значение стали придавать работе с семьями. ... Единицей анализа в КБТ в настоящее время являются примеры отношений в семье и общие для членов семьи системы убеждений. Более того, КБТ также заинтересовалась тем, как принадлежность к определенным социальным и культурным группам влияет на системы убеждений и поведение клиента.

Например, тренинг устойчивости к стрессам теперь может проводиться для целых групп и организаций. И, наконец, КБТ с успехом может применяться вне психотерапевтических кабинетов, как для лечения, так и в профилактических целях. Она уже использовалась при работе с должностными лицами, медсестрами, офицерами, преподавателями, директорами школ и другими группами. Одна из наиболее интересных попыток «поделиться» КБТ была предпринята Барбарой Васик и ее коллегами, которые в Университете штата Северная Каролина обучили группу социальных работ-

ников использованию этого вида психотерапии при работе с одинокими матерями недоношенных младенцев на дому. Я сам в данный момент занимаюсь подготовкой учителей и врачей к основанной на принципах КБТ работе с детьми и подростками (от 6 до 16 лет), страдающими эмоциональными нарушениями, а также с их семьями.

Задания:

Ниже приведен диалог. Объясните цель консультанта Тани: нереалистичного правила совершенства и стремления не принимать во внимание свои силы и положительную обратную связь других.

Консультант: У меня создалось впечатление, что здесь немного больше отрицательного, чем должно быть.

Клиентка: Это верно. Как мне кажется, в основе этого лежит следующий факт: я полагала, что должна делать все абсолютно совершенно.

Консультант: И это входит в правило совершенства.

Клиентка: Да.

Консультант: Да.

Клиентка: Я не была бы счастлива, если бы другие люди не говорили, что я—самый лучший менеджер в офисе.

Консультант: Верно, верно, верно.

Клиентка: Я недавно на улице встретила одного из своих бывших сотрудников на улице, и он сказал: «Вы— абсолютная легенда, и мы все время повторяем, что нуждаемся еще в одной Тане» В связи с этим мне остается только повторять :«Вот так так!»

Консультант: Верно, частично из-за своего «правила совершенства» вы чувствовали, что, возможно, не отвечали требованиям совершенства, но это и из-за того, что вы не воспринимали ни свои сильные стороны, ни тот факт, что университетский персонал считал вас просто замечательной.

Клиентка: Да.

Консультант: Но Таня не думала, что она замечательная.

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова, З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры/ З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова.—2-е изд.—М.: Издательство Юрайт, 2019.— 211 с.

Дополнительная литература

Гулина М.А. Терапевтическая и консультативная психология.—СПб.: Речь, 2001.— 352 с.

Нельсон-Джоунс Р. Теория и практика консультирования.—СПб.: Питер, 2000.— 464 с.

Уоллен С., Ди Гусепп Р., Уэслер Р. Рационально-эмотивная терапия: когнитивно-бихевиоральный подход.—М.: Институт Гуманитарных знаний, 1997.— 257 с.

Хайл-Эверс А., Хайгл Ф., Отт Ю., Рюгер У. Базисное руководство по психотерапии. — СПб.: Восточно-Европейский Институт Психоанализа; Речь, 2001.— 784 с.

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬ-
НОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

По выполнению самостоятельной работы
По дисциплине **«Когнитивно-бихевиоральный подход
в психологическом консультировании»**
Для студентов направления подготовки
37.04.01 «Психология»
Направленность (профиль)
«Психологическое консультирование»

Ставрополь, 2026 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ДОКЛАДА

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЭКЗАМЕНУ

КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ ПЕРВОИСТОЧНИ-

КОВ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ТВОРЧЕ-

СКИХ ЗАДАНИЙ

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К КРУГЛОМУ СТОЛУ, ДИСКУ-

СИИ

СПИСОК РЕКОМЕНДУЕМОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

ВВЕДЕНИЕ

Самостоятельная работа магистрантов может рассматриваться как организационная форма обучения - система педагогических условий, обеспечивающих управление учебной деятельностью или деятельность учащихся по освоению общих и профессиональных компетенций, знаний и умений учебной и научной деятельности без посторонней помощи.

В учебном процессе выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная, внеаудиторная.

Аудиторная самостоятельная работа по учебной дисциплине и профессиональному модулю выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется обучающимися по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

Самостоятельная работа обучающихся проводится с целью:

- Систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений магистрантов;
- Углубления и расширения теоретических знаний;
- Формирования умений использовать справочную и специальную литературу;
- Развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- Формирования самостоятельности мышления, способности к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- Развития исследовательских умений;
- Формирования общих и профессиональных компетенций.

Содержание внеаудиторной самостоятельной работы определяется в соответствии с рекомендуемыми видами заданий согласно примерной программы учебной дисциплины.

Перед выполнением магистрантами внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит инструктаж по выполнению задания, который включает цель задания, его содержание, сроки выполнения, ориентировочный объем работы, основные требования к результатам работы, критерии оценки. В процессе инструктажа преподаватель предупреждает магистрантов о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении задания. Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами магистрантов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений обучающихся.

Самостоятельная работа более эффективна, если она парная или в ней участвуют 3 человека. Групповая работа усиливает фактор мотивации и взаимной интеллектуальной активности, повышает эффективность познавательной деятельности магистрантов благодаря взаимному контролю. Участие партнера существенно перестраивает психологию магистранта. В случае индивидуальной подготовки магистрант субъективно оценивает свою деятельность как полноценную и завершенную, но такая оценка может быть ошибочной.

При групповой индивидуальной работе происходит групповая самопроверка с последующей коррекцией преподавателя. Это второе звено самостоятельной учебной деятельности обеспечивает эффективность работы в целом. При достаточно высоком уровне самостоятельной работы магистрант сам может выполнить индивидуальную часть работы и продемонстрировать ее партнеру-сокурснику.

Отчет по самостоятельной работе обучающихся может осуществляться как в печатном, так и в электронном виде.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ИЗУЧЕНИЮ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО МАТЕРИАЛА

Выполнение практических занятий

На первом занятии получите у преподавателя задания по курсу, планы подготовки к лабораторным занятиям. Обзаведитесь всем необходимым методическим обеспечением.

Практическое занятие—одна из форм организации учебного процесса— самостоятельной работы обучающихся, которая регламентируется требованиями документа. Лабораторное занятие представляет собой обсуждение обучающимися теоретических вопросов под руководством преподавателя, углубление и закрепление теоретических знаний, развитие навыков самостоятельного решения лабораторных задач.

При подготовке к занятию сначала следует прочесть учебную и справочную литературу (учебник, учебные пособия, словари, энциклопедии), после чего—первоисточники.

Литературу необходимо конспектировать и давать сжатые письменные ответы на вопросы лабораторного занятия. В них следует отразить содержание главных понятий и связь между ними, дать собственную оценку тем или иным концепциям, выявить связь изучаемого вопроса с современностью, с будущей профессиональной деятельностью. По неясным вопросам необходимо обращаться к преподавателю.

Текст выступления на занятии должен быть написан самим студентом (уже переработанный). Выступления, на которых студент ограничивается только чтением уже опубликованного текста, преподавателем не учитываются.

По пропущенным занятиям студент отчитывается в устной или письменной форме. В противном случае преподаватель имеет право задать студенту дополнительные вопросы по теме пропущенного занятия.

Преподаватель оценивает подготовку студента к лабораторному занятию по следующим критериям:

- Наличие конспектов;
- Понимание главных понятий, их связей;
- Умение мыслить самостоятельно, логично, последовательно, доказательно;
- Оценка идей, концепций, обоснование своей позиции, умение связывать теорию с практикой, приводить примеры, приводить аналогии;
- Навыки самостоятельного решения лабораторных задач.

На занятия выносятся узловые темы, запланированные в программе учебной дисциплины, освоение которых определяет качество профессиональной подготовки будущих специалистов.

Цель занятия— формирование знаний по теме, развитие самостоятельности мышления и творческой активности обучающихся путем равноправного и активного их участия в обсуждении рассматриваемых вопросов.

Задачи практического занятия:

- закрепление, расширение и углубление знаний по дисциплине и конкретной теме;
- развитие навыков постановки проблем и решения задач;
- отработка навыков ведения дискуссии, аргументации и отстаивания своей точки зрения;
- демонстрация обучающимися достигнутого уровня знаний;
- формирование навыков самостоятельной работы.

Функции практического занятия(семинара):

- познавательная,
- воспитательная,
- развивающая,
- контрольная.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ

При изучении дисциплины у магистрантов должен выработаться рационально-критический подход к изучаемым проблемам явлениям. Это включает понимание того, что со временем ряд информационных и теоретических материалов устаревает, требуя критического отношения.

Чтобы понять содержание материала, нужно уметь его прочитывать. Начинать следует с предварительного просмотра, входе которого ознакомиться с названием работы, с аннотацией, оглавлением, предисловием. Часто замысел работы ясен уже при ознакомлении с ее названием.

Просматривая текст оглавления, нужно остановиться на тех главах, которые представляют для вас особенный интерес, бегло ознакомиться с ними, составляя в общих чертах свое представление о них. Цель этого действия— найти места, относящиеся к искомой теме, определив при этом, что ценного в каждом из них.

Следующий этап – прочтение выделенных мест с фиксацией самых главных сведений. При этом надо четко и ясно осознавать цель чтения, постоянно держа ее перед собой: по какому вопросу нужна информация, для чего нужна, ее характеристика др. необходимо менять режим чтения – от беглого вдумчивого – в зависимости от ценности информации, останавливаясь там, где это требуется для глубокого понимания текста.

Следует научиться определять структуру текста по соподчиненности его частей, учитывая взаимосвязь текста с рисунками, с носками, примечаниями и таблицами. Все это поможет пониманию текста при беглом ознакомлении с ним. Так вырабатывается способность при прочтении сразу понимать смысл и значение новой информации.

Многие книги и статьи имеют в своем аппарате списки литературы, которые дают возможность пополнить информационную осведомленность о дополнительной литературе по данному вопросу.

Отдельный этап прочтения – ведение записей прочитанного. Существует несколько видов записей: план, выписки, тезисы, аннотация, резюме, конспект.

Планом удобно пользоваться при подготовке к устному выступлению по выбранной теме. Каждый пункт плана должен раскрывать одну из сторон избранной темы, а весь план должен охватывать ее целиком.

Тезисы предполагают сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Они являются более совершенной формой записей и представляют основу для дискуссии. К тому же их легко запомнить.

Аннотация – краткое изложение содержания – дает общее представление о работе.

Резюме кратко характеризует выводы, главные итоги произведения.

Конспект является наиболее распространенной формой ведения записей. Основную ткань конспекта составляют тезисы, дополненные доказательствами и рассуждениями. Конспект может быть текстуальным, свободным, тематическим. Текстуальный представляет собой цитатник с сохранением логики работы и структуры текста. Свободный конспект основан на изложении материала в том порядке, который более удобен автору. В этом смысле конспект представляет собирание воедино мыслей, разбросанных по всей книге. Тематический конспект может быть составлен по нескольким источникам, где за основу берется тема, интерпретируемая по-разному.

Экономии времени дает использование при записях различного рода сокращений, аббревиатуры и т. д. многие используют для регистрации исследуемых тем систем у карточек. Преимущество карточек в том, что тема там излагается очень сжато, и они очень удобны в использовании, т.к. их можно разложить на столе, перегруппировать и без труда найти искомую тему.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ДОКЛАДА

Работая с литературными источниками, не следует ограничиваться простым пересказом содержания прочитанного. Необходимо выделить наиболее важные теоретические положения и обобщать их, раскрыть особенности различных точек зрения на один и тот же вопрос, оценить практическое и теоретическое значение результатов реферируемой работы, а также выразить собственное отношение к идеям и выводам автора, подкрепленного определенными аргументами (личным опытом, высказываниями других исследователей и пр.).

Реферируемый источник, списки использованной литературы, а также все ссылки на литературные работы должны быть оформлены по алфавиту с указанием фамилии и инициалов автора, название источника, места и года издания; для журнальных статей необходимо указать фамилию и инициалы автора, название статьи, журнала, год издания и номер.

*Доклад по дисциплине «.....»
магистранта...курса (фамилия, имя, отчество)
факультета, группы
Тема: ".....".
Год выполнения.
1. Общие положения*

1.1. Доклад, как вид самостоятельной работы в учебном процессе, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, учит критически мыслить.

1.2. При написании доклада по заданной теме магистрант составляет план, подбирает основные источники.

1.3. В процессе работы с источниками систематизирует полученные сведения, делает выводы и обобщения.

1.4. К докладу по крупной теме могут привлекать несколько магистрантов, между которыми распределяются вопросы выступления.

2. Выбор темы доклада

2.1. Тематика доклада обычно определяется преподавателем, но в определении темы инициативу может проявить и магистрант.

2.2. Прежде чем выбрать тему доклада, автору необходимо выявить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить.

3. Этапы работы над докладом

3.1. Формулирование темы, причем она должна быть не только актуальной по своему значению, но и оригинальной, интересной по содержанию.

3.2. Подбор и изучение основных источников по теме (как правильно, при разработке доклада используется не менее 8-10 различных источников).

3.3. Составление списка использованных источников.

3.4. Обработка и систематизация информации

3.5. Разработка плана доклада.

3.6. Написание доклада.

3.7. Публичное выступление с результатами исследования.

4. Структура доклада:

- титульный лист

- оглавление (в нем последовательно излагаются названия пунктов доклада, указываются страницы, с которых начинается каждый пункт);

- введение (формулирует суть исследуемой проблемы, обосновывается выбор темы, определяются ее значимость и актуальность, указываются цель и задачи доклада, дается характеристика используемой литературы);

- основная часть (каждый раздел, доказательно раскрывая отдельную проблему или одну из ее сторон, логически является продолжением предыдущего; в основной части могут быть представлены таблицы, графики, схемы);

Заключение (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме доклада, предлагаются рекомендации);

- список использованных источников

5. Структура и содержание доклада

5.1. Введение - это вступительная часть научно-исследовательской работы. Автор должен приложить все усилия, чтобы в этом большом по объему разделе показать актуальность темы, раскрыть практическую значимость ее, определить цели и задачи эксперимента или его фрагмента.

5.2. Основная часть. В ней раскрывается содержание доклада. Как правило, основная часть состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе раскрываются история и теория исследуемой проблемы, дается критический анализ литературы и показывается позиция автора. В практическом разделе излагаются методы, ход, и результаты самостоятельно проведенного эксперимента или фрагмента.

В основной части могут быть также представлены схемы, диаграммы, таблицы, рисунки и т.д.

5.3. В заключении содержатся итоги работы, выводы, к которым пришел автор, и рекомендации. Заключение должно быть кратким, обязательным и соответствовать поставленным задачам.

5.4. Список использованных источников представляет собой перечень использованных книг, статей, фамилии авторов приводятся в алфавитном порядке, при этом все источники даются под общей нумерацией литературы. В исходных данных источника указываются фамилия и инициалы автора, название работы, место и год издания.

5.5. Приложение к докладу оформляются на отдельных листах, причем каждое должно иметь свой

тематический заголовок и номер, который пишется в правом верхнем углу, например: «Приложение 1»

6. Требования к оформлению доклада

6.1. Объем доклада может колебаться в пределах 5-15 печатных страниц; все приложения к работе не входят в ее объем.

6.2. Доклад должен быть выполнен грамотно, с соблюдением культуры изложения.

6.3. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу.

6.4. Должна быть соблюдена последовательность написания библиографического аппарата.

7. Критерии оценки доклада

-актуальность темы исследования;

-соответствие содержания теме;

- глубина проработки материала; правильность и полнота использования источников;

-соответствие оформления доклада стандартам.

По усмотрению преподавателя доклады могут быть представлены на семинарах, научно-практических конференциях, а также использоваться как зачетные работы по пройденным темам.

Оценкой «отлично» оценивается доклад, в котором соблюдены следующие требования: обоснована актуальность избранной темы; полно и четко представлены основные теоретические понятия; проведен глубокий анализ теоретических и практических исследований по проблеме; продемонстрировано знание методологических основ изучаемой проблемы; показана осведомленность о новейших исследованиях в данной отрасли (по материалам научной периодики); уместно и точно использованы различные иллюстративные приемы— примеры, схемы, таблицы и т.д.; показано знание меж предметных связей; работа написана с использованием терминов современной науки, хорошим русским языком, соблюдена логическая стройность работы; соблюдены все требования к оформлению доклада.

Оценкой «хорошо» оценивается доклад, в которой: в целом раскрыта актуальность темы; в основном представлен обзор основной литературы поданной проблеме; недостаточно использованы последние публикации поданному вопросу; выводы сформулированы недостаточно полно; собственная точка зрения отсутствует или недостаточно аргументирована; в изложении преобладает описательный характер

Оценка «удовлетворительно» выставляется при условии: изложение носит исключительно описательный, компилятивный характер; библиография ограничена; изложение отличается слабой аргументацией; работа не выстроена логически; недостаточно используется научная терминология; выводы тривиальны; имеются существенные недостатки в оформлении.

Если большинство изложенных требований к докладу не соблюдено, то он не засчитывается.

Примерные темы докладов

1. Приведите примеры собственных конкурирующих реакций, которые были направлены на торможение тревоги, которую вы переживали, проявляя определенные реакции.

2. Определите, какое поведение вы давно хотите изменить. В течение одной недели ведите записи в дневнике самонаблюдений.

3. Разработайте положительную программу самоподкрепления. Определите а) свою цель (используя термины поведенческого консультирования); б) способы наблюдения за своим поведением, определения основы и оценки прогресса; в) положительный подкрепляющий стимул (стимулы), который вы намереваетесь использовать; г) условия обеспечения самого себя положительным подкрепляющим стимулом; д) разработайте поэтапную модель реализации поставленной вами цели и определите точные сроки ее выполнения.

4. Приведите примеры имеющихся у вас внутренних стандартов, которые являются: а) функциональными при оказании вам помощи в регулировании поведения; б) дисфункциональными.

5. Идентифицируйте по крайней мере две иррациональные установки, основанные на жестко требующем мышлении, относительно себя самого, других, условий, в которых выживете. Рассмотрите их и ответьте на следующие вопросы: а) как вы приобрели эти убеждения? б) как вы сохраняете их?

6. Составьте список факторов, которые в период вашего взросления, возможно, внесли вклад в усвоение вами ошибочных способов обработки информации. Определите характерные когнитивные ошибки в используемом вами способе обработки информации.

7.Идентифицируйте специфическую проблемную область в своей жизни. Какой вклад внесли (вносят) отсутствие информации и получение неправильной информации в приобретение и сохранение этой проблемы?

8.Идентифицируйте один из ваших недостатков жизненных умений и расскажите как вы его приобрели.

9.Противопоставьте себя какой-нибудь проблеме, существующей в вашей жизни, и переопределите ее в терминах навыков, выявив по крайней мере один недостаток навыков мышления и один недостаток навыков действия. Переведите недостатки навыков мышления и действия, идентифицированных выше, в формулировки рабочих целей, составьте план достижения этих целей, осуществите его и оцените последствия.

КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дают магистранту возможность оперативной оценки своей подготовленности по данной теме и определения готовности к изучению следующей темы. Контрольные вопросы направлены на то чтобы магистрант мог проверить понимание понятийного аппарата учебной дисциплины, смог воспроизвести фактический материал, раскрыть причинно-следственные, временные связи, а также мог выделять главное, сравнивать, доказывать, конкретизировать, обобщать и систематизировать знания.

Базовый уровень

1.Какие важнейшие теоретические предпосылки лежат в основе когнитивно-поведенческого подхода а в психотерапии и консультирования?

2.В каких базисных терминах отражена сущность когнитивно-поведенческого подхода в психотерапии и консультировании?

3.Какие методы были выделены из недрповеденческой психотерапии, в чем заключается их главная суть?

4.Какую схему когнитивно-бихевиоральной терапии предложил Дж. Вольпе?

5.В чем состоит сущность бихевиоральной терапии невротиков?

6.Раскройте взгляды Дж. Вольпе на невротическую депрессию и ее причины.

7.Расскажите о четырех видах взаимосвязи между тревожностью и невротической депрессией с точки зрения Дж. Вольпе.

8.Дайте краткую характеристику Рационально-эмотивной терапии (РЭТ) А. Эллиса: базовые принципы, основные цели и задачи.

9.Раскройте концепцию самооценки в рационально-эмотивной терапии А. Эллиса.

10.В чем состоит сущность модели ABC в рационально-эмотивной терапии А. Эллиса и как она используется в психотерапии?

11.Каковы представления о психическом здоровье в рационально-эмотивной терапии А. Эллиса?

12.Каково определение Когнитивной психотерапии А. Бека и в чем заключаются основные принципы ее модели?

13.Какие способы мышления А. Бек называет ошибочными?

14.Как обнаруживаются в когнитивной терапии А. Бека автоматические и ошибочные мысли?

15.Какие важнейшие бихевиоральные техники применяются в когнитивной психотерапии А. Бека?

16.Как осуществляются изменения при конкретных нарушениях (депрессия, травматический невроз, повышенная тревожность, фобия и пр.)?

17.Раскройте сущность взглядов Д. Мейхенбаума на главные принципы, цели, задачи и основной предмет когнитивно-бихевиоральной терапии (КБТ).

Повышенный уровень

18.Раскройте содержание понятий «когнитивное событие» и «когнитивные процессы» в теории Д. Мейхенбаума.

19.Какие способы раскрытия эмоционального мира клиента существуют в когнитивно-бихевиоральной терапии с точки зрения Д. Мейхенбаума?

20.В чем состоит сущность Консультирования по жизненным умениям Р. Нельсона - Джоунса: ее основные цели и задачи?

21. Что означают понятия «жизненные умения», «язык навыков» в концепции Р. Нельсона – Джоунса ?
22. Каково содержание «Я» по Р. Нельсону-Джоунсу?
23. Раскройте содержание десяти областей навыков мышления в концепции Р. Нельсона-Джоунса.
24. Что такое «навыки действия» в концепции Р. Нельсона-Джоунса и каковы способы их передачи?
25. Дайте краткую характеристику пяти стадийной модели DASIE в практике консультирования по жизненным умениям.
26. Симптомы душевных расстройств
27. Техники когнитивно-поведенческого подхода.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ

Конспектирование – процесс мысленной переработки и письменной фиксации информации, в виде краткого изложения основного содержания, смысла какого-либо текста.

Результат конспектирования – запись, позволяющая конспектирующему немедленно или через некоторый срок с нужной полнотой восстановить полученную информацию. Конспект в переводе с латыни означает «обзор». Посущество его и составлять надо как обзор, содержащий основные мысли текста без подробностей и второстепенных деталей. Конспект носит индивидуализированный характер: он рассчитан на самого автора и поэтому может оказаться малопонятным для других.

Для того чтобы осуществлять этот вид работы, в каждом конкретном случае необходимо грамотно решить следующие задачи:

1. Сориентироваться в общей композиции текста (уметь определить вступление, основную часть, заключение).
2. Увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения автором информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли.
3. Выявить ключевые мысли.
4. Определить детализирующую информацию.
5. Лаконично сформулировать основную информацию.

Во всяком научном тексте содержится информация 2-х видов: основная и вспомогательная. Основной является информация, имеющая наиболее существенное значение для раскрытия содержания темы или вопроса. К ней относятся: определения научных понятий, формулировки законов, теоретических принципов и т.д. Назначение вспомогательной информации – помочь читателю лучше усвоить предлагаемый материал. К этому типу информации относятся разного рода комментарии. Основную – записываем как можно полнее, вспомогательную, как правило, опускаем. Содержание конспектирования составляет переработка основной информации в целях ее обобщения и сокращения. Обобщить – значит представить ее в более общей, схематической форме, в виде тезисов, выводов, отдельных заголовков, изложения основных результатов и т.п. Читая, мы интуитивно используем некоторые слова и фразы в качестве опорных. Такие опорные слова и фразы называются ключевыми. Ключевые слова и фразы несут основную смысловую и эмоциональную нагрузку содержания текста.

Выбор ключевых слов – это первый этап смыслового свертывания, смыслового сжатия материала.

Важными требованиями к конспекту являются наглядность и обозримость записей и такое их расположение, которое давало бы возможность уяснить логические связи и иерархию понятий.

По форме конспекты подразделяются на формализованные и графические.

1. Формализованные (все записи вносятся в заранее подготовленные таблицы).

Это удобно, во-первых, при конспектировании материалов, когда перечень характеристика описываемых предметов или явлений более или менее постоянен, во-вторых, при подготовке единого конспекта по нескольким источникам. Особенно если есть необходимость сравнения отдельных данных. Разновидностью формализованного конспекта является запись, составленная в форме

ответов на заранее подготовленные вопросы, обеспечивающие исчерпывающие характеристики однотипных предметов или явлений.

2. Графические (элементы конспектируемой работы располагаются в таком виде, при котором видна иерархия понятий и взаимосвязь между ними).

По каждой работе может быть не один, а несколько графических конспектов, отображающих книгу в целом и отдельные ее части. Ведение графического конспекта – наиболее совершенный способ изображения внутренней структуры книги, а сам этот процесс помогает усвоению ее содержания.

Можно выделить следующие основные **типы конспектов: плановый, текстуальный, сводный, тематический.**

Плановый – легко получить с помощью предварительно сделанного плана произведения, каждому вопросу плана отвечает определенная часть конспекта:

а) **вопросно-ответный** (на пункты плана, выраженные в вопросительной форме, конспект дает точные ответы);

б) **схематичный плановый конспект** (отражает логическую структуру и взаимосвязь отдельных положений).

Текстуальный – это конспект, созданный в основном из цитат.

Сводный конспект – сочетает выписки, цитаты, иногда тезисы; часть его текста может быть снабжена планом.

Тематический – дает более или менее исчерпывающий ответ (в зависимости из числа привлеченных источников и другого материала, например, своих же записей) на поставленный вопрос – тему: обзорный; хронологический.

Роль конспекта – чисто учебная: он помогает зафиксировать основные понятия и положения первичного текста и в нужный момент их воспроизвести, например, при написании реферата или подготовке к экзамену.

Способы конспектирования.

-Тезисы – это кратко сформулированные основные мысли, положения изучаемого материала. Тезисы лаконично выражают суть читаемого, дают возможность раскрыть содержание. Приступая к освоению записи в виде тезисов, полезно в самом тексте отмечать места, наиболее четко формулирующие основную мысль, которую автор доказывает (если, конечно, это не библиотечная книга). Часто такой отбор облегчается шрифтовым выделением, сделанным в самом тексте.

-Линейно-последовательная запись текста. При конспектировании линейно-последовательным способом целесообразно использование плакатно-оформительских средств, которые включают в себя следующие:

- сдвиг текста конспекта по горизонтали, по вертикали;
- выделение жирным (или другим) шрифтом особо значимых слов;
- использование различных цветов;
- подчеркивание;
- заключение в рамку главной информации.

-Способ «вопросов-ответов». Он заключается в том, что, поделив страницу тетради пополам вертикальной чертой, конспектирующий в левой части страницы самостоятельно формулирует вопросы или проблемы, затронутые в данном тексте, а в правой части дает ответы на них.

Одна из модификаций способа «вопросов-ответов» – таблица, где место вопроса занимает формулировка проблемы, поднятой автором (лектором), а место ответа – решение данной проблемы. Иногда в таблице могут появиться и дополнительные графы: например, «мое мнение» и т.п.

-Схема с фрагментами – способ конспектирования, позволяющий ярче выявить структуру текста, – при этом фрагменты текста (опорные слова, словосочетания, пояснения всякого рода) в сочетании с графикой помогают созданию рационально-лаконичного конспекта.

-Простая схема – способ конспектирования, близкий к схеме с фрагментами, объяснений к которой конспектирующий не пишет, но должен уметь давать их устно. Этот способ требует высокой квалификации конспектирующего. В противном случае такой конспект нельзя будет использовать.

-Параллельный способ конспектирования. Конспект оформляется на двух листах параллельно или один лист делится вертикальной чертой пополам и записи делаются в правой и в левой части листа.

Однако лучше использовать разные способы конспектирования для записи одного и того же материала.

Комбинированный конспект—вершина овладения рациональным конспектированием. При этом умело используются все перечисленные способы, сочетая их в одном конспекте (один из видов конспекта свободно перетекает в другой в зависимости от конспектируемого текста, от желания и умения конспектирующего). Именно при комбинированном конспекте более всего проявляется уровень подготовки и индивидуальность магистранта.

Принципы составления конспекта прочитанного.

1. Записать все выходные данные источника: автор, название, год и место издания. Если текст взят из периодического издания (газеты или журнала), то записать его название, год, месяц, номер, число, место издания.

2. Выделить поля слева или справа, можно с обеих сторон. Слева на полях отмечаются страницы оригинала, структурные разделы статьи или книги (названия параграфов, подзаголовки и т.п.), формулируются основные проблемы. Справа—способы фиксации прочитанной информации.

Один из видов чтения—углубленное—предполагает глубокое усвоение прочитанного и сохранение информации в целях последующего обращения к ней. Эффективность такого чтения повышается, если прочитанное зафиксировано не только в памяти, но и на бумаге. Психологи утверждают, что записанное лучше и полнее усваивается, прочнее откладывается в памяти. Установлено, что если прочитать 1000 слов и затем записать 50, подытоживающих прочитанное, то коэффициенту усвоения будет выше, чем, если прочитать 10000 слов, не записав ни одного. Кроме того, при записи прочитанного формируется навык свертывания информации. И, наконец, чередование чтения и записывания уменьшает усталость, повышает работоспособность и производительность умственного труда.

1. Резюмирование.

Резюме краткий итог прочитанного, содержащий его оценку. Резюме характеризует основные выводы книги, главные итоги.

Выбор языковых средств для построения резюме-выводов подчинено основной задаче свертывания информации: минимум языковых средств—максимум информации. Это обычно одно—три четких, кратких, выразительных предложения, раскрывающих, по мнению автора, самую суть описываемого объекта.

2. Аннотация.

Аннотация краткая обобщенная характеристика печатной работы (книги, статьи), включающая иногда и его оценку. Это наикратчайшее изложение содержания первичного документа, дающее общее представление о теме.

Основное ее назначение — дать некоторое представление о книге (статье, научной работе) с тем, чтобы рекомендовать ее определенному кругу читателей или воспользоваться своими записями при выполнении работы исследовательского, реферативного характера. Поэтому аннотации не требуются изложения содержания произведения, в ней лишь перечисляются вопросы, которые освещены в первоисточнике (содержание этих вопросов не раскрывается). Аннотация отвечает на вопрос: «О чем говорится в первичном тексте?», дает представление только о главной теме и перечне вопросов, затрагиваемых в тексте первоисточника.

Текст аннотации не стандартизирован. В научной литературе можно встретить различные требования к составлению аннотаций. Например, текст справочной аннотации может включать следующие сведения:

- тип и название аннотируемого документа (монография, диссертация, сборник, статья и т.п.)
- задачи, поставленные автором аннотируемого документа
- метод, которым пользовался автор (эксперимент, сравнительный анализ, компиляция других источников)
- принадлежность автора к определенной научной школе или направлению
- структуру аннотируемого документа
- предмет и тему произведения, основные положения и выводы автора
- характеристику вспомогательных иллюстративных материалов, дополнений, приложений, справочного аппарата, включая указатели и библиографию.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ТВОРЧЕСКИХ ЗАДАНИЙ

Выполнение творческих заданий является одним из видов самостоятельную работу магистрантов по изучению предмета. Данный вид работы способствует повышению качества усвоения программного материала, углубленному пониманию наиболее сложных вопросов курса, расширению круга рассматриваемых проблем, овладению научными методами анализа психологических явлений.

1.Общиеположения

1.1. Творческое задание, как вид самостоятельной работы в учебном процессе, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, учит критически мыслить.

1.2. При выполнении творческого задания по заданной теме магистрант составляет план, подбирает основные источники.

2.Выбор темы творческого задания

2.1. Тематика творческого задания обычно определяется преподавателем, новопределении темы инициативу может проявить и магистрант.

2.2. Прежде чем выбрать тему творческого задания, магистранту необходимо выявить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить.

3.Этапы работы над проектом

3.1. Формулирование темы, при чем она должна быть не только актуальной по своему значению, но и оригинальной, интересной по содержанию.

3.2. Подбор и изучение основных источников по теме (как правильно, при разработке проекта используется не менее 8-10 различных источников).

3.3. Составление списка использованных источников.

3.4. Обработка и систематизация информации

3.5. Разработка плана.

3.6. Написание творческого задания.

3.7. Публичное выступление с результатов исследования.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и(или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя подготовку проекта по предлагаемым темам.

Предлагаемые магистранту задания позволяют проверить компетенции ОПК-3, ПК-5. Базовый уровень владения компетенциями предполагает репродуктивные знания и умения их практически применять при решении задач. Повышенный уровень владения компетенциями требует глубокого и всестороннего освоения изучаемого материала, творческого подхода к анализу полученных знаний и умений всесторонне их применять при решении практических задач.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо в течение 1-й недели подготовить групповой творческий проект, используя рекомендованную и самостоятельно подобранную литературу, а также изучить статьи в изданиях периодической печати.

При подготовке к данному оценочному мероприятию магистрантам предоставляется право пользования своим проектом.

При проверке задания оцениваются:

- ~ Новизна предложений, отражающая вклад каждого автора группового проекта;
- ~ Оригинальность работы;
- ~ Глубина изучения состояния проблемы;
- ~ Использование современной научной литературы при подготовке работы;
- ~ Логика изложения проекта, убедительность рассуждений, оригинальность мышления;
- ~ Структура работы (введение, цель работы, постановка задачи, решение поставленных задач, выводы, список литературы).

Критерии оценивания компетенций

Оценка «отлично» выставляется магистранту, если он полностью раскрыл тему творческого проекта продвинутого уровня. Выступление отличается последовательностью, логикой изложения, легко воспринимается аудиторией. При ответе на вопросы выступающий (докладчик) демонстрирует глубину владения представленным материалом. Ответы формулируются аргументировано, обосновывается собственная позиция в проблемных ситуациях.

Оценка «хорошо» выставляется магистранту, если он полностью раскрыл тему проекта базового уровня. Выступление отличается последовательностью, логикой изложения, но обоснование сделанных выводов недостаточно аргументировано. Неполно раскрыто содержание проблемы.

Оценка «удовлетворительно» выставляется магистранту, если он подготовил творческий проект базового уровня, передает содержание проблемы, но не демонстрирует умение выделять главное, существенное. Выступление воспринимается аудиторией сложно.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется магистранту, если творческий проект краткий, неглубокий, поверхностный; тема проекта не раскрыта.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ К КРУГЛОМУ СТОЛУ, ДИСКУССИИ

Круглый стол – это практическое занятие, в основу которого преднамеренно заложены несколько точек зрения на один и тот же вопрос, обсуждение которых подводит к приемлемым для всех участников позициям и решениям.

Основной целью круглого стола является углубление теоретических профессиональных знаний и прогнозирование возможных практических результатов.

В ходе круглого стола решаются следующие педагогические задачи через формирование навыков:

- активного слушания и коммуникации;
- умения выслушать различные точки зрения;
- умения отстаивать собственную точку зрения;
- критического мышления и прогнозирования;
- нахождение значимой информации;
- критическая оценка доказательств;
- осознание предубеждений и предвзятости;
- сотрудничества и позитивного разрешения проблемы;
- участия в работе групп, решающих общественно значимые проблемы.

Структура подготовки и проведения круглого стола:

1. Постановка цели и задач.

2. Подготовка к проведению круглого стола.

Преподаватель:

- выбирает тему, которая в свою очередь должна быть противоречивой и неоднозначной;
- подбирает материал;
- разрабатывает план занятия;
- определяет методы, приемы и средства стимулирования творческой и мыслительной активности студентов;
- подбирает наглядный материал и техническое сопровождение, которое располагается таким образом, чтобы всем участникам был виден экран;
- приглашает сторонних участников круглого стола, исходя из содержания темы, вынесенной на круглый стол;
- консультирует студентов (в группе – на начальном этапе подготовки круглого стола, индивидуально – по собственной инициативе или по инициативе студента);
- готовит аудиторию, позволяющую всем участникам разместиться по кругу.

Студент:

- самостоятельно прорабатывает материал по теме круглого стола;
- готовит вопросы по теме круглого стола.

При разработке плана круглого стола преподаватель должен учесть, что

Он включает в себя:

- цели занятия, ориентированные на то, чему могут (должны) научиться у специалистов студенты и насколько специалисты вызовут (могут вызвать) у студентов интерес к своему делу;
- структуру занятия;
- порядок ведения круглого стола;
- возможные варианты обсуждения темы;
- вопросы и задачи для создания проблемной ситуации;

- приёмы выявления позиций у отдельных лиц или микрогрупп;
- порядок завершения занятия.

Основными критериями круглого стола являются:

- не разрешённый вопрос;
- равноправное участие представителей всех заинтересованных сторон;
- выработка приемлемых для всех участников решений по обсуждаемому вопросу.

3.Проведениекруглогостола.

Для ведения круглого стола обязательно назначается ведущий. Ведущим может быть как сам преподаватель, так и кто-то из студентов.

Ведущему необходимо соблюдать принцип справедливости в очерёдности выступлений, быть готовым к непредвиденным ситуациям, которые могут возникнуть входе круглого стола, а также соблюдать нейтралитет и не склоняться ни к одной из точек зрения участников.

Подведение итогов работы круглого стола является обязательным.

Правильный вариант подведения итогов предусматривает:

- напоминание целей и задач круглого стола;
- демонстрацию итоговой расстановки точек зрения участников встречи на проблему;
- формулирование общей позиции, к которой пришли или близки все участники встречи;
- ориентирование студентов на изучение вопросов, которые не нашли должного освещения на занятии;

- задание на самоподготовку;

- слова благодарности всем участникам встречи.

Перечень дискуссионных тем для круглого стола

Критика бихевиоральной парадигмы

Поведенческие техники и упражнения

Когнитивная психотерапия—мост между бихевиоризмом и психоанализом

1. Критерии оценивания компетенций

Оценка «отлично» выставляется магистранту, если он дает правильный и полный ответ на вопросы как базового, так и продвинутого уровня.

Оценка «хорошо» выставляется магистранту, если он дает правильный и полный ответ на вопросы базового уровня.

Оценка «удовлетворительно» выставляется магистранту, если он дает частично правильный ответ на вопросы базового уровня.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется магистранту, если он не дает правильные ответы даже на вопросы базового уровня.

2. Описание шкалы оценивания

Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и(или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя подготовку теоретического материала по предлагаемым темам.

ПК-1 Способен проводить самостоятельное научное исследование в области психологического консультирования и оказания психологической помощи

ПК-3 Способен проводить диагностику, психологический анализ и экспертизу психологических проблем клиента, мониторинг и оценку кризисных ситуаций и состояний

Базовый уровень владения компетенциями предполагает репродуктивные знания и умения их практически применять при решении задач. Повышенный уровень владения компетенциями требует глубокого и всестороннего освоения изучаемого материала, творческого подхода анализу полученных знаний и умений всесторонне их применять при решении практических задач.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо в течение недели подготовить теоретический материал, используя рекомендованную и самостоятельно подобранную литературу, а также изучить статьи в изданиях периодической печати.

При подготовке к ответу магистранту предоставляется право пользования своими конспектами, заполненными таблицами.

При проверке задания, оцениваются последовательно, четкость и логическая стройность изложения материала; использование в ответе дополнительного материала, самостоятельность при выполнении заданий.

Форма отчетности о результатах самостоятельной работы по дисциплине

- собеседование;
- доклад;
- круглый стол, дискуссия
- конспект первоисточников.

Список литературы, рекомендуемый к использованию

Основная литература

Камалетдинова З.Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры / З.Ф. Камалетдинова, Н.В. Антонова. - 2-е изд. - М.: Издательство Юрайт, 2019. - 211 с.

Кочюнас Р. Психологическое консультирование [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. — Электрон. текстовые данные. — М. : Академический Проект, Трикса, 2015. — 224 с. — 978-5-8291-1789-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36513.html>8.1.2.

Пахальян В.Э. Психологическое консультирование [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Пахальян В.Э.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2015.— 311 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/29299>. — ЭБС «IPRbooks»

Перечень дополнительной литературы:

Абаева И.В. Технологии и методы коррекционной и консультативной работы психолога образования [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. — Электрон. текстовые данные. — Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2017. — 89 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73816.html>

Зими́на Н.А. Профессиональные умения и навыки ведения консультативной беседы [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / Н.А. Зими́на. — Электрон. текстовые данные. — Нижний Новгород: Нижегородский государственный архитектурно-строительный университет, 2015. — 69 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/46257.html>

Когнитивная психология в контексте проблем современного образования [Электронный ресурс] : коллективная монография / Р.Н. Абрамишвили [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский педагогический государственный университет, 2017. — 187 с. — 978-5-4263-0523-6. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/75804.html>

Колесникова Г.И. Позитивное общение без манипуляции [Электронный ресурс] : учебное пособие / Г.И. Колесникова. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2018. — 198 с. — 978-5-4486-0274-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/73622.html>

Вопросы к экзамену (5 семестр)

По дисциплине Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании

Вопросы (задача, задание) для проверки уровня обученности

Знать

1. Основные направления и виды психотерапевтической помощи (повремени действия, по направленности).
2. Понятия психологического консультирования, психологической коррекции, психотерапии.
3. Этические принципы в психотерапии.
4. Психотерапия (определение, цели, задачи, области практического использования).
5. Место психотерапии в системе лечебных воздействий.
6. Основные направления в психотерапии: динамическое, поведенческое, гуманистическое. Особенности организации психотерапевтической помощи.
7. Основные механизмы лечебного действия психотерапии (корректирующий эмоциональный опыт, конфронтация и научение).
8. Основы психотерапии (психологические, физиологические, клинические).
9. Научный период психотерапии — XIX-XX век.
10. История психотерапии в России.
11. Оценка эффективности психотерапии.
12. Специфика взаимоотношений психотерапевта и пациента.
13. Требования, предъявляемые к личности психотерапевта.
14. Природа эмпатии и ее роль в психотерапии.
15. Основные принципы и методы подготовки и повышения квалификации в области психотерапии.
16. Организация психологического пространства в процессе психотерапии (психотерапевтический кабинет).
17. Техники психотерапевтического вмешательства.
18. Основные теоретические положения и психотерапевтические техники классического психоанализа З.Фрейда.
19. Основные теории поведенческой психотерапии (И.Павлов, Э.Толмен, Д.Уотсон, Б.Скиннер, Вольпе).
20. Психологическая коррекция (определение, виды, принципы, задачи).

Повышенный уровень

21. Трудности и ошибки в процессе психотерапии. Ошибки присоединения. Ошибки диагностики. Тактические ошибки.
22. Теория психологического происхождения неврозов в рамках классического психоанализа.
23. Оценка эффективности психокоррекционных мероприятий.
24. Факторы, определяющие эффективность психокоррекции.
25. Сказкотерапия. Особенности проведения.
26. Навыки поддержания контакта (вербальное, невербальное поведение, перенос, контр-перенос).
27. Аналитическая психология К.Г.Юнга.
28. Индивидуальная психотерапия А.Адлера.
29. Неопсихоанализ: К.Хорни, Г.Салливан, Э.Фромм, Э.Эриксон.
30. Концепция А.Маслоу. Принципы и техники психотерапевтической работы.
31. Клиент-центрированная психотерапия К.Роджерса.
32. Экзистенциальная психотерапия (теории и методы работы).
33. Особенности составления психокоррекционных программ.

34. Основные методы психокоррекции.
35. Индивидуальная психокоррекция (особенности, методы, задачи и стадии).
36. Основные компоненты психотерапевтической работы в психоанализе (продуцирование материала, анализ сопротивления, анализ сновидений и ошибочных действий, анализ фантазий и контртрансфера).
37. Социально-когнитивная теория поведения А.Бандуры.
38. Основные техники поведенческой психотерапии: процедуры релаксации, систематическая сенсбилизация и десенсибилизация, иммерсионные методы (наводнения, имплозии, парадоксальной интенции), метод Морита и др.
39. Этапы и техники когнитивно-эмоциональной психотерапии.
40. Специфика групповой формы психокоррекции. Работа психокоррекционной группы. Особенности комплектования группы. Групповая динамика.

Уметь

1. Поясните, какие важнейшие теоретические предпосылки лежат в основе когнитивно-поведенческого подхода в психотерапии и консультирования?
2. Обоснуйте, в каких базисных терминах отражена сущность когнитивно-поведенческого подхода в психотерапии и консультировании?
3. Поясните, какие методы были выделены из недр поведенческой психотерапии, в чем заключается их главная суть?
4. Какую схему когнитивно-бихевиоральной терапии предложил Дж. Вольпе?
5. В чем состоит сущность бихевиоральной терапии невротиков?
6. Раскройте взгляды Дж. Вольпе на невротическую депрессию и ее причины.
7. Расскажите о четырех видах взаимосвязи между тревожностью и невротической депрессией с точки зрения Дж. Вольпе.
8. Дайте краткую характеристику Рационально-эмотивной терапии (РЭТ) А. Эллиса: базовые принципы, основные цели и задачи.
9. Раскройте концепцию самооценки в рационально-эмотивной терапии А. Эллиса.
10. В чем состоит сущность модели ABC в рационально-эмотивной терапии А. Эллиса и как она используется в психотерапии?
11. Каковы представления о психическом здоровье в рационально-эмотивной терапии А. Эллиса?
12. Каково определение Когнитивной психотерапии А. Бека и в чем заключаются основные принципы ее модели?
13. Какие способы мышления А. Бек называет ошибочными?
14. Как обнаруживаются в когнитивной терапии А. Бека автоматические и ошибочные мысли?
15. Какие важнейшие бихевиоральные техники применяются в когнитивной психотерапии А. Бека?
16. Как осуществляются изменения при конкретных нарушениях (депрессия, травматический невроз, повышенная тревожность, фобия и пр.)?
17. Раскройте сущность взглядов Д. Мейхенбаума на главные принципы, цели, задачи и основной предмет когнитивно-бихевиоральной терапии (КБТ).
- Раскройте содержание понятий «когнитивное событие» и «когнитивные процессы» в теории Д. Мейхенбаума.
19. Какие способы раскрытия эмоционального мира клиента существуют в когнитивно-бихевиоральной терапии с точки зрения Д. Мейхенбаума?
20. В чем состоит сущность Консультирования по жизненным умениям Р. Нельсона - Джоунса: ее основные цели и задачи?

Повышенный уровень

21. Что означают понятия «жизненные умения», «язык навыков» в концепции Р. Нельсона - Джоунса?
22. Каково содержание «Я» по Р. Нельсону-Джоунсу?

23. Раскройте содержание десяти областей навыков мышления в концепции Р. Нельсона-Джонсона.
24. Что такое «навыки действия» в концепции Р. Нельсона-Джонсона и каковы способы их передачи?
25. Дайте краткую характеристику пяти стадийной модели DASIE в практике консультирования по жизненным умениям.
26. Симптомы душевных расстройств
27. Техники когнитивно-поведенческого подхода.
28. Какими внешними причинами обусловлено выделение этапов становления когнитивно-бихевиорального подхода?
29. Что такое Метод систематической десенсибилизации?
30. Что является главным источником развития личности?
31. Что является психическим здоровьем в терапии А. Эллиса?
32. Каково соотношение когнитивного, эмотивного и бихевиорального в РЭТ?
33. В чём состоит концепция самооценки в терапии А. Эллиса?
34. Как используется модель ABC в психотерапии?
35. В чём состоит когнитивная терапия А. Бека?
36. Что включает в себя модель аномального поведения?
37. Как обнаруживаются в когнитивной терапии А. Бека автоматические и ошибочные мысли?
38. Какие важнейшие бихевиоральные техники применяются в когнитивной психотерапии А. Бека?
39. Раскройте содержание понятий «когнитивное событие» и «когнитивные процессы» в теории Д. Мейхенбаума.
40. Какие способы раскрытия эмоционального мира клиента существуют в когнитивно-бихевиоральной терапии с точки зрения Д. Мейхенбаума?

1. Критерии оценивания компетенций

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он показал высокий уровень владения индикаторами компетенции.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он показал средний уровень владения индикаторами компетенции.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он показал минимальный уровень владения индикаторами компетенции.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если минимальный уровень владения индикаторами компетенции не достигнут.

Оценка «зачтено» выставляется студенту, если он показал высокий, средний и минимальный уровни владения индикаторами компетенции.

Оценка «не зачтено» выставляется студенту, если минимальный уровень владения индикаторами компетенции не достигнут.

2. Описание шкалы оценивания

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным **55**. Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя подготовку теоретического материала по предлагаемым темам.

Предлагаемые студенту задания позволяют проверить компетенции ПК-1 ПК-3. Базовый уровень владения компетенциями предполагает репродуктивные знания и умения их практически применять при решении задач. Повышенный уровень владения компетенциями требует глубокого и всестороннего освоения изучаемого материала, творческого подхода к анализу полученных знаний и умений всесторонне их применять при решении практических задач.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо в течение недели подготовить теоретический материал, используя рекомендованную и самостоятельно подобранную литературу, а также изучить статьи в изданиях периодической печати.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользования своими конспектами, заполненными таблицами.

При проверке задания, оцениваются последовательно, четкость и логическая стройность изложения материала; использование в ответе дополнительного материала, самостоятельность при выполнении заданий.

Вопросы для собеседования

Тема 1. Социально-когнитивная теория А.Бандуры

Развитие когнитивной терапии и формирование когнитивно-поведенческого подхода.

Теория социального научения Альберта Бандуры. Практика моделирования поведения

Дать характеристику пяти основных когнитивных способностей человека.

Способность символизации.

Способность предвидения.

Способность опосредования (викарная способность).

Способность саморегуляции

Способность самоанализа.

Повышенный уровень.

1. Показать изменение личности под воздействием требований социальной среды, в результате чего происходит обучение определенным формам поведения.

2. Привести примеры взаимодействия личности с окружающей социальной действительностью, следствием чего является более эффективное поведение.

3. Рассмотреть самоэффективность как степень осознания человеком эффективности своего поведения, умения управлять поведением и контролировать его для

достижения определенных жизненных целей

Тема 2. Когнитивная терапия А.Бека.

В чём состоит когнитивная терапия А.Бека?

Что включает в себя модель аномального поведения?

Как обнаруживаются в когнитивной терапии А. Бека автоматические и ошибочные мысли?

Какие важнейшие бихевиоральные техники применяются в когнитивной психотерапии А. Бека?

Повышенный уровень.

1. Привести примеры когнитивных искажений.

2. Выделить интеллектуальные, экспериментальные и поведенческие методы коррекции ошибочных убеждений по А.Беку.

3. Рассмотреть специфические когнитивные техники: сократовское расспрашивание, декатастрофизация, реатрибуция, переопределение, децентрализация, образные техники, переживание воспоминаний детства, придание убеждениям новой формы, репетиция поведения, разыгрывание ролей и др.

Тема 3. Рационально-эмоциональная терапия А.Эллиса.

Что влияет на процесс положительных перемен в поведении?

В чём состоит главный механизм когнитивно-бихевиоральной терапии и консультирования?

Что является главными ценностями когнитивнобихевиорального подхода?

Повышенный уровень.

1. Привести примеры иррациональных убеждений и эмоциональных расстройств: «я должен» – чувство тревоги, депрессия, деморализация, глубокий личностный кризис; «другие должны» – злость, гнев, ярость; «условия, обстоятельства должны» – подавленность, демонстративное поведение.

2. Разобрать составляющие схемы «АВС» - А-событие, В-мыслительный процесс, С-эмоциональные, поведенческие реакции. Специфические методы рациональноэмотивной терапии – обучение и рациональная дискуссия.

3. Разобрать составляющие схемы «АВСДЕ».

4. Привести примеры дискуссий о мыслях и убеждениях в когнитивной, образной и поведенческой формах

1. Критерии оценивания компетенций*

Оценка «отлично» выставляется студенту, если он дает правильный и полный ответ на вопросы как базового, так и продвинутого уровня.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если он дает правильный и полный ответ на вопросы базового уровня.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он дает частичноправильный ответ на вопросы базового уровня.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не дает правильные ответы даже на вопросы базового уровня.

2. Описание шкалы оценивания

Максимально возможный балл за весь текущий контроль устанавливается равным **55**. Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Рейтинговый балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Рейтинговый балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя подготовку теоретического материала по предлагаемым темам.

Предлагаемые студенту задания позволяют проверить компетенции ПК-1 ПК-3. Базовый уровень владения компетенциями предполагает репродуктивные знания и умения их практически применять при решении задач. Повышенный уровень владения компетенциями требует глубокого и всестороннего освоения изучаемого материала, творческого подхода к анализу полученных знаний и умений всесторонне их применять при решении практических задач.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо в течение недели подготовить теоретический материал, используя рекомендованную и самостоятельно подобранную литературу, а также изучить статьи в изданиях периодической печати.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользования своими конспектами, заполненными таблицами.

При проверке задания, оцениваются последовательно, четкость и логическая стройность изложения материала; использование в ответе дополнительного материала, самостоятельность при выполнении заданий.

Тематика докладов
По дисциплине Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании

Базовый уровень

1. Теории обучения
2. Содержание когнитивного подхода в психологии социального познания.
3. Теории когнитивного соответствия и их содержание
4. Теория когнитивных схем: когнитивная карта, скрипт, фрейм, прототип.
5. Понятие о личности с позиций когнитивной психологии
6. Теория личностных конструктов Дж Келли. Понятие личностный конструкт. Типы и

пы и

- свойства личностных конструктов.
7. Техника репертуарных решеток. Семантический анализ системы личностных конструктов. Реп-тест
8. Когнитивные схемы как универсальный способ хранения и структурирования информации.
9. Теория схем
10. Социально-психологический подход в психологии социального познания
11. Теория когнитивного соответствия в психологии социального познания
12. Прикладные аспекты когнитивной психологии. Когнитивная терапия и ее цели.

Повышенный уровень

1. Когнитивные стили.
2. Классификация и функции
3. Понятие об интеллекте в когнитивной психологии.
4. Творческое мышление и интеллект.
5. Проблема искусственного интеллекта и когнитивная психология.
6. Понятие языка и речи как категорий когнитивной психологии.
7. Свойства языка и функции речи.
8. Языковые способности и их эволюция
9. Развитие речи в онтогенезе человека.
10. Обучение речи как когнитивная проблема.

Критерии оценивания компетенций

Оценка «отлично» выставляется студенту, если выступление (доклад) отличается последовательностью, логикой изложения. Легко воспринимается аудиторией. При ответе на вопросы выступающий (докладчик) демонстрирует глубину владения представленным материалом. Ответы формулируются аргументировано, обосновывается собственная позиция в проблемных ситуациях.

Оценка «хорошо» выставляется студенту, если выступление (доклад) отличается последовательностью, логикой изложения. Но обоснование сделанных выводов недостаточно аргументировано. Не полностью раскрыто содержание проблемы.

Оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если выступающий (докладчик) передает содержание проблемы, но не демонстрирует умение выделять главное, существенное. Выступление воспринимается аудиторией сложно.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если выступление (доклад) краткий, неглубокий, поверхностный.

Описание шкалы оценивания

Текущее контрольное мероприятие считается сданным, если студент получил за него не менее 60% от установленного для этого контроля максимального балла. Балл, выставляемый студенту за текущее контрольное мероприятие, сданное студентом в установленные графиком контрольных мероприятий сроки, определяется следующим образом:

Уровень выполнения контрольного задания	Балл (в % от максимального балла за контрольное задание)
Отличный	100
Хороший	80
Удовлетворительный	60
Неудовлетворительный	0

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя:

- знакомство студентов с темами докладов
- подбор и анализ литературы по теме доклада
- написание доклада
- подготовка к выступлению с докладом на занятии
- выступление с докладом
- оценка содержания доклада студентами и преподавателем.

Темы докладов повышенного уровня дают возможность студентам самостоятельно провести расширенный анализ проблемы с использованием научной и иной литературы по теме, сделать выводы, обобщающие как научные взгляды, так и авторскую позицию по проблеме. Базовый уровень нацелен на изложение имеющихся научных исследований по теме доклада.

Для подготовки к данному оценочному мероприятию необходимо проанализировать предложенную тему доклада, подобрать литературу, продумать содержание, оформить доклад. Время выполнения – 3 дня.

При подготовке к ответу студенту предоставляется право пользования текстом доклада.

При проверке задания, оцениваются:

- соответствие содержания теме доклада
- соответствие требованиям к структуре доклада и объему
- самостоятельность выполнения
- обоснованность, четкость, лаконичность ответа по теме доклада
- уровень освоения темы и изложения материала (обоснованность отбора материала, использование первичных источников, способность самостоятельно осмысливать факты, структура и логика изложения, наличие в заключении выводов, логично вытекающих из содержания основной части)

- правильность (уместность и достаточность) используемой информации
- научность и самостоятельность устного и письменного изложения доклада.

Оценочный лист

ФИО _____
 Группа _____ Преподаватель _____
 ДАТА _____

Наименование показателя	Выявленные недостатки и замечания (комментарии)	Отметка
I. КАЧЕСТВО ДОКЛАДА		
1. Соответствие содержания доклада содержанию темы		
2. Выделение основной мысли работы		
3. Качество изложения материала		

Общая оценка за доклад		
II. ОТВЕТЫ НА ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПО СОДЕРЖАНИЮ ДОКЛАДА		
Вопрос 1		
Вопрос 2		
Вопрос 3		
Общая оценка за ответы на вопросы		
ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА ЗА ЗАЩИТУ		

