

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Приказ № 58 от «21» августа 2025 г.  
 Директор АНО ДПО «ЦАПСК»  
 Зотова М.Ю.  
 М.П.



Учебный план  
 программы повышения квалификации

«Когнитивно-поведенческая терапия в практике психолога»

№пп	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З)
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
Модуль 1. Основы когнитивно-поведенческого подхода						
1	Поведенческая терапия: теоретические основы, применение, основные техники	17	6	1	10	3
2	Когнитивная психотерапия: общие принципы. Основная формула когнитивной терапии	13	12	1		
3	Автоматические мысли. Промежуточные и глубинные убеждения	13	12	1		
4	Когнитивные профили. Когнитивное содержание эмоциональных расстройств	13	12	1		
Модуль 2. Методы и техники когнитивной психотерапии						
5	Техники когнитивной психотерапии	19	12	1	6	3
6	Структура первой терапевтической сессии. Вторая и последующая сессии	11	10	1		
7	Домашние задания в когнитивной терапии	7	6	1		
Модуль 3. Планирование и завершение терапевтического процесса						
8	Составление плана терапии	11	6	1	4	3
9	Завершение терапии и профилактика рецидивов	7	6	1		
Итоговая аттестация		4				Итоговое тестирование
ИТОГО		115				

Календарный учебный график

№пп	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. часах	Учебные недели
1	Модуль 1. Основы когнитивно-поведенческого подхода	56	1-3
2	Модуль 2. Методы и техники когнитивной психотерапии	37	4-6
3	Модуль 3. Планирование и завершение терапевтического процесса	18	6-8
	Итоговая аттестация	4	8