

**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЦЕНТРАЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ
И ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ КАДРОВ»
(АНО ДПО «ЦАППК»)**

ИНН/КПП 7813664723/781301001, ОГРН 1227800096226,
Юридический адрес: 197022, г. Санкт-Петербург, вн.тер.г. Муниципальный округ Аптекарский
остров, ул. Ординарная, д. 21, литера А, пом. 6-Н, 7-Н, оф. 4А, раб. место № 4

**ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА
ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ**

**«Практические навыки когнитивно-поведенческой терапии
(ступень 4). Супервизии»**

Общая трудоемкость
30 академических часов

Форма обучения
Заочная

Санкт-Петербург

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н.

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи с применением когнитивно-поведенческой психотерапии (супервизии) в рамках имеющейся квалификации.

В процессе освоения программы обучающийся:

совершенствует следующие общепрофессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО – бакалавриат по направлению подготовки 37.03.01 Психология:

ОПК-7 Способен поддерживать уровень профессиональной компетенции, в том числе за счет понимания и готовности работать под супервизией

получает следующие профессиональные компетенции в соответствии с профессиональным стандартом «Психолог-консультант»:

ПК 1.1 Способность к проведению мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи с применением когнитивно-поведенческой психотерапии (супервизии).

Планируемые результаты обучения по программе:

Имеющаяся квалификация (требования к слушателям):		
1) лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование;		
2) лица, получающие среднее профессиональное и (или) высшее образование.		
Практический опыт	Умения	Знания
ПК 1.1 Способность к проведению мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи с применением когнитивно-поведенческой психотерапии (супервизии)		
1.Реализация программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи; 2.Поддержание контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе психологического консультирования; 3.Поддержание мотивации к достижению целей психологического консультирования у гражданина, обратившегося за консультационной психологической помощью; 4.Обработка информации, полученной в процессе проведения мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи;	<ul style="list-style-type: none">• эффективно работать в групповых супервизиях;• осуществлять процесс супервизии;• подготовка к встрече с супервизором;• применять приемы и методы дистанционного консультирования.	<ul style="list-style-type: none">• определение супервизии. условия супервизии. процесс супервизии, супервизия в КПТ;• особенности диагностической работы в дистанционном формате. стадии дистанционного консультирования, приемы и методы консультирования и ошибки их реализации, практические рекомендации для онлайн-работы.

5. Завершение программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам.		
---	--	--

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Оказание консультационной психологической помощи населению	Проведение мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи населению	А/03.6	1. Реализация программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи 2. Поддержание контакта с гражданином, обратившимся за консультационной психологической помощью, в процессе психологического консультирования 3. Поддержание мотивации к достижению целей психологического консультирования у гражданина, обратившегося за консультационной психологической помощью 4. Обработка информации, полученной в процессе проведения мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи 5. Завершение программ мероприятий по оказанию консультационной психологической помощи гражданам

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 40 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№п п	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в академических часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З)
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
1	Групповые супервизии	21	3	1	17	3

2	Дистанционное консультирование	7	3	1	3	3
Итоговая аттестация		2				Итоговое тестирование
ИТОГО		30				

2.2. Календарный учебный график

№пп	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. часах	Учебные недели
1	Групповые супервизии	21	1-3
2	Дистанционное консультирование	7	3-4
	Итоговая аттестация	2	4

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
1. Групповые супервизии	Лекция 1/3 часа	Групповые супервизии
	Практическое занятие 1/17 часов	<p>Выполните задания:</p> <p>Практическое задание с использованием чек-листа вопросов для построения модели, основанной на сильных сторонах клиента (Strenght Based Model):</p> <ol style="list-style-type: none"> Проведите опрос клиента (либо самоопрос, если нет клиентов) в соответствии с чек-листом по построению модели концептуализации, основанной на сильных сторонах. Заполните схему когнитивной концептуализации, основанной на сильных сторонах, как показано в примере в соответствии с ответами на вопросы.
	Тестирование /1 час	
2. Дистанционное консультирование	Лекция 2/3 часа	Дистанционное консультирование
	Практическое занятие 2/3 часа	<p>Выполните задания:</p> <ol style="list-style-type: none"> Перед вами пример из работы консультанта с клиентом в дистанционном формате. Запишите в таблицу, какие из приведенных ниже высказываний клиента можно отнести к категории жалобы, запроса и проблемы. <ul style="list-style-type: none"> <i>Я хочу разобраться в причинах своего состояния.</i> <i>Я не могу себя контролировать.</i> <i>Научите меня правильно реагировать на критику.</i> <i>Переудание ведет меня к лишнему весу, я хочу останавливаться, когда сыта.</i> <i>Не получается наладить отношения в</i>

		<p><i>коллективе.</i></p> <p>2. Какой прием использует психолог в следующем письме в процессе дистанционной работы с клиентом? Запишите ответ: _____ <i>«Несмотря на трудности в семье, вы смогли добиться высоких результатов в карьере, хотя вам не доставало поддержки. Я вас правильно понял?»</i></p>
		Тестирование /1 час
Итоговая аттестация		Итоговое тестирование /2 часа

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – максимально 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»

51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;
- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

3.4. Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. Конкретизация формы, ожидаемой клиентом помощи от консультации, – это?..

Выберите один ответ:

1. Жалоба
2. Проблема
3. Запрос

2. Как можно назвать первую стадию дистанционного консультирования?

Выберите один ответ:

1. Стадия сбора информации
2. Стадия сбора информации и осознания желаемого результата

3. Стадия решения
4. Стадия завершения работы

3. На какой стадии консультирования происходит формирование мыслительных операций, снижающих исходную неопределенность проблемной ситуации?

Выберите один ответ:

1. Сбор информации
2. Решение
3. Выход из контакта

4. Почему важно раскрывать некоторую информацию о консультанте в дистанционном формате?

Выберите один ответ:

1. Чтобы отношения «консультант – клиент» стали менее формальными
2. Чтобы клиент мог принять решение о том, вступить в терапевтические отношения с консультантом или нет
3. Чтобы упростить клиенту раскрытие информации о себе

5. Прием дистанционного консультирования, описываемый как «внимательное выслушивание посланий другого человека, не сопровождаемое вербальным ответом».

Выберите один ответ:

1. Обобщение
2. Рефлексивное слушание
3. Молчание

6. В каких категориях терапевтической работы обычно возникают проблемы по Дж. Бек?

Выберите один или несколько ответов:

1. Терапевтический союз
2. Поведенческие эксперименты
3. Структура и/или темп сессии
4. Достижение терапевтических целей на сессиях и между ними

7. Если клиент не вносит свой вклад в составление повестки дня, не участвует в решении проблем, не выполняет домашние задания, не дает обратную связь, то это может говорить о следующем...

Выберите один или несколько ответов:

1. Клиент недостаточно социализирован
2. Работе, скорее всего, мешают биологические факторы
3. Клиент не понимает важности своего участия в терапевтическом процессе

8. Какие функции включает супервизия в КПТ-подходе?

Выберите один или несколько ответов:

1. Составление повестки дня
2. Домашнее задание
3. Поведенческая активация
4. Решение проблем
5. Обратная связь

9. При отслеживании своих автоматических мыслей, возникающих в ответ на обратную связь клиента, какой вопрос важно задать себе?

Выберите один ответ:

1. «Что я сделал (сказал) не так?»

- 2.«В чем из того, что клиент сказал (или не сказал), сделал (или не сделал) на сессии (или между сессиями), заключается проблема?»
- 3.«Достаточно ли долго продолжается терапия?»

10. Что может указывать на наличие проблемы в работе с клиентом?

Выберите один или несколько ответов:

- 1.Отсутствие прогресса
- 2.Наличие прочного терапевтического альянса
- 3.Ухудшение функционирования и/или настроения клиента

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задания:

Практическое задание с использованием чек-листа вопросов для построения модели, основанной на сильных сторонах клиента (Strenght Based Model):

1. Проведите опрос клиента (либо самоопрос, если нет клиентов) в соответствии с чек-листом по построению модели концептуализации, основанной на сильных сторонах.

2. Заполните схему когнитивной концептуализации, основанной на сильных сторонах, как показано в примере в соответствии с ответами на вопросы.

2. Выполните задания:

1. Перед вами пример из работы консультанта с клиентом в дистанционном формате. Запишите в таблицу, какие из приведенных ниже высказываний клиента можно отнести к категории жалобы, запроса и проблемы.

- *Я хочу разобраться в причинах своего состояния.*
- *Я не могу себя контролировать.*
- *Научите меня правильно реагировать на критику.*
- *Переудание ведет меня к лишнему весу, я хочу останавливаться, когда сыта.*
- *Не получается наладить отношения в коллективе.*

2. Какой прием использует психолог в следующем письме в процессе дистанционной работы с клиентом?

Запишите ответ: _____

«Несмотря на трудности в семье, вы смогли добиться высоких результатов в карьере, хотя вам не доставало поддержки. Я вас правильно понял?»

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии.

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.
3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список информационных источников и литературы

1. Изард, К. Эмоции человека / К. Изард. – Москва: Директ-Медиа, 2008. – 954 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=39174> (дата обращения: 26.01.2026). – ISBN 978-5-9989-0363-2. – Текст: электронный.
2. Основные направления современной психотерапии: учебное пособие: [16+] / ред. А. М. Боковиков. – Москва: Когито-Центр, 2001. – 376 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56398> (дата обращения: 26.01.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 5-89353-030-6. – Текст: электронный.
3. Прохоров, А. О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности: учебное пособие / А. О. Прохоров; сост. А. О. Прохоров. – Москва: ПЕР СЭ, 2004. – 176 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233277> (дата обращения: 26.01.2026). – ISBN 5-9292-0124-2. – Текст: электронный.

4. Тревога и тревожность: хрестоматия / сост и общ. ред. В. М. Астапова. – Москва: ПЕР СЭ, 2008. – 240 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=233523> (дата обращения: 26.01.2026). – ISBN 978-5-9292-0167-2. – Текст: электронный.
5. Якиманская, И. С. Психологическое консультирование: учебное пособие / И. С. Якиманская, Н. Н. Биктина. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2015. – 230 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=364901> (дата обращения: 26.01.2026). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7410-1253-6. – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений