



Когнитивно-поведенческая психотерапия

Дата начала **24 сентября 2019 – 22 ноября 2019**

Количество часов 100 часов

Форма обучения очно-заочная, онлайн-лекции, вебинары

График обучения

Модуль 1. 24 - 27 сентября (Вт., Ср., Чт., Пят.)

10.00 - 17.00 ч

Модуль 2. Онлайн-обучение

Модуль 3. 21 -22 ноября (Чт., Пят.)

10.00 - 17.00 ч

Вебинары 1-2 раза в неделю 20.00-22.00

О программе

Когнитивно-поведенческая психотерапия – единственное на сегодняшний день направление психотерапии, подтвердившее высокую эффективность в клинических исследованиях и имеющее фундаментальную научную базу. Программа направлена на изучение теоретического базиса, необходимого для освоения навыков работы в когнитивно-поведенческой парадигме и формирование базовых навыков КПП-терапевта.

Структура программы включает:

- практико-ориентированные семинары,
- групповую супервизию,
- Интервизию - 10 сессий между семинарами,
- самостоятельную работу.

В процессе обучения

- Изучение теоретического базиса, необходимого для освоения навыков работы в когнитивно-поведенческой парадигме.
- Развитие базовых навыков КПП-терапевта: методы диагностики и психотерапии.

Оценка эффективности

По окончании базового курса сдается экзамен в виде супервизии. К экзамену допускаются слушатели, прошедшие семинарские занятия в объеме 60 академических часов, групповую интервизию в количестве 20 академических часов (10 занятий по 2 академических часа между семинарами).

В результате обучения слушатели будут

- знать историю создания Когнитивно-Поведенческой Психотерапии (далее КПП),
- уметь объяснить философию КПП, основные понятия, принципы работы, ограничения применения КПП,
- уметь выстраивать психотерапевтические отношения с клиентом, заключать психотерапевтический контракт, формировать комплаенс, составлять план терапии с постановкой стратегических и тактических целей.

По итогам обучения слушатели получают **Удостоверение о повышении квалификации**, установленного в НОЧУ ВО «Московский институт психоанализа» образца.



Содержание программы

Тема 1. Теория и практика когнитивно-поведенческой терапии

Программу обучения когнитивно-поведенческой психотерапии открывает вводный семинар «Теория и практика когнитивно-поведенческой психотерапии». Данный цикл поможет понять особенности такого направления работы специалиста, освоить принципы взаимодействия в данной парадигме, разобрать различные методы работы с клиентами, сориентироваться в современных течениях когнитивно-поведенческой психотерапии. В теоретической части будут рассмотрены базовые положения и методология когнитивно-бихевиоральной парадигмы.

Семинар включает следующие темы: истоки КППТ, предпосылки формирования направления; текущие инновации и развитие КППТ; перспективы направления; техники и приемы: S-O-R, A-B-C, C- M -Э-Р – 10, ограничения применения КППТ.

В практической части будут представлены ведущие техники. Участники группы смогут отработать основные методы на практике.

Самостоятельная работа: изучение профессиональной литературы по теме семинара, отработка практических навыков с клиентом.

Тема 2. Введение в терапию. Психотерапевтический контракт

Основное содержание включает следующие темы: введение в терапию; психотерапевтический контракт, формирование комплаенса; когнитивная концептуализация; мотивационное интервью; оценка психического состояния; вработка плана терапии, постановка стратегических и тактических целей и задач лечения; практическая отработка навыков.

Самостоятельная работа: изучение профессиональной литературы по теме, отработка практических навыков с клиентом.

Тема 3. Супервизия

Один из методов подготовки и повышения квалификации в области психотерапии; форма консультирования психотерапевта в ходе его работы более опытным, специально подготовленным коллегой, позволяющая психотерапевту (супервизируемому) систематически видеть, осознавать, понимать и анализировать свои профессиональные действия и свое профессиональное поведение. Супервизия направлена на психотерапевтический процесс и имеет своей целью развитие знаний, навыков и умений, способствующих совершенствованию профессиональной деятельности психотерапевта. В процессе Супервизии психотерапевт получает возможность рефлексировать и интегрировать свои личные способы реагирования, объективные знания, субъективный опыт и конкретные психотерапевтические ситуации для совершенствования своей психотерапевтической работы. В ходе Супервизии психотерапевт может осознать, как он работает, находясь в данной психотерапевтической ситуации и являясь при этом конкретным человеком со своими собственными способами поведения и непосредственным субъективным опытом, а также с определенными профессиональными знаниями, навыками, умениями и опытом.

Требования к подготовке к супервизии: для обучающихся необходимо предоставить на супервизию 1 кейс с видео- или аудиозаписью (кейс должен содержать анамнез, концептуализацию случая, анализ собственной работы, план дальнейшей работы, ожидаемые результаты).

Требования к слушателям.

- для лиц с высшим и средним специальным образованием (в первую очередь психологическим, педагогическим, медицинским, социальным),
- для специалистов помогающих профессий,
- для тех, кто проводит различные групповые занятия или индивидуальные консультации.

Стоимость обучения

Стоимость за весь период обучения составляет – **50 000 рублей**



Преподаватели

Ковпак Дмитрий Викторович



Руководитель программы

Врач-психотерапевт, врач-психиатр, кандидат медицинских наук (2005), Председатель Ассоциации когнитивно-поведенческой психотерапии, доцент кафедры медицинской психологии и педагогики СЗГМУ им. И. И. Мечникова, Главный врач Клиники лечения депрессий и фобий, Центра когнитивно-поведенческой психотерапии и консультирования, сертифицированный супервизор по когнитивно-поведенческой психотерапии.

Дмитрий Викторович Ковпак – ведущий специалист по когнитивно-поведенческой психотерапии в Российской Федерации, одним из первых стал практиковать и пропагандировать данную модель психотерапевтического лечения в России. Дмитрий Викторович Ковпак – первый и единственный в России специалист, сертифицированный в ведущих мировых центрах когнитивно-поведенческой психотерапии:

Институт когнитивно-поведенческой психотерапии Аарона Бека, основоположника когнитивно-поведенческой психотерапии - Beck Institute for Cognitive Behavior Therapy (One Belmont Avenue, Suite 700, Bala Cynwyd, PA 19004-1610, USA);
Институт Альберта Эллиса - Albert Ellis Institute (145 East 32nd Street, 9th Floor, New York, NY 10016, USA).

Дмитрий Викторович обучался у Носсрата Пезешкиана (Висбаден, ФРГ), Джон Гриндера (США) и Андреаса Блазера (Берн, Швейцария) – основателей Позитивной психотерапии, НЛП и Проблемно-ориентированной психотерапии, а также в 1998 году и профессора Говарда Кассинова, одного из ведущих учеников Эллиса в терапии гнева (Институт Хофстра, Нью-Йорк, США). Ковпаком Д. В. написано и опубликовано более 10 монографий, в их числе - «Как избавиться от тревоги и страха» и «Как преодолеть боль» (Издательство «Наука и техника»), «Паническое расстройство в практике терапевта» (Издательство «Речь»), «Антистресс-тренинг», 1-е и 2-е издание (Издательство «Питер»), «Стресс-менеджмент» (Издательство «Питер»), «111 баек для психотерапевтов» (Издательство «Питер»), «Безопасное общение» (Издательство «Питер»), «Не на тех напали, или как бороться с грубостью» (Издательство «Питер»), «Страхи, тревоги, фобии ... Как от них избавиться?» (Издательство «Наука и техника»), Депрессия. Современные подходы к диагностике и лечению (Издательство «Наука и техника»), более 70 научных статей (в том числе опубликованных за рубежом) и более 100 популярных статей и интервью в СМИ.

Учебный план

программы профессиональной переподготовки

№	Наименование раздела	Всего часов	В том числе:		Форма итогового контроля
			Ауд. час	Самост. работа	
1.	<u>Теория и практика когнитивно-поведенческой терапии.</u>	20	20	-	-
2.	<u>Введение в терапию. Психотерапевтический контракт</u>	20	20	-	-



3.	Интервизии	20	20	-	-
4.	<u>Супервизия</u>	20	20	-	-
5.	Итоговая аттестация	20	-	20	зачет
	ИТОГО	100	80	20	