

Когнітивно-поведінкова психотерапія у клінічній та реабілітаційній психології

1 курс, 1 семестр. Кількість кредитів ЄКТС – 3

Навчальна програма призначена для підготовки практичних психологів і передбачає формування професійних компетенцій в області теорії і практики КПТ - когнітивно-поведінкової терапії, яка опирається на положення про визначальну роль пізнавальних процесів (і в першу чергу мислення) у виникненні різного роду психологічних проблем і психічних відхилень (когнітивна терапія). Відповідно до сучасних протоколів професійних асоціацій психіатрів та психотерапевтів, міністерств охорони здоров'я та ВООЗ КПТ є рекомендована як одне з «втручань першого вибору» при: депресії, obsesивно-компульсивному розладі, панічному розладі з агорафобією, генералізованому тривожному розладі, соціальній та інших фобіях, посттравматичному стресовому розладі, розладах харчової поведінки, а також входить у «пакет» рекомендованих втручань при психотичних розладах, біполярному розладі, проблемах зловживання/залежності від психоактивних речовин. КПТ має також прикладне застосування у лікуванні: розладів сну, проблем адаптації до хронічних соматичних розладів, хронічного болю, проблем надмірної ваги, дисфункцій у сексуальній сфері та багатьох інших.

Мета: формування професійних компетенцій в області теорії і практики КПТ використання найважливіших її досягнень у клінічній та реабілітаційній психології.

Завдання курсу:

1. Вивчення теоретичних положень і викладок сучасної когнітивно-поведінкової психотерапії.
2. Засвоєння навичок когнітивної і поведінкової діагностики.
3. Засвоєння вміння визначати і узгоджувати з клієнтом цілі когнітивно-поведінкової психотерапії.
4. Корекція дисфункціональних паттернів мислення і поведінки.
5. Засвоєння навичок послідовного формування нового розумового і поведінкового репертуару.

В результаті вивчення дисципліни студент дізнається, що когнітивно-поведінкова терапія базується на стосунку партнерської співпраці між клієнтом та терапевтом. У процесі спільного дослідження існуючих проблем терапевт та клієнт вибудовують спільне розуміння проблеми/розладу, формулюють цілі та тоді співпрацюють над їх досягненням. Це передбачає активну участь клієнта у процесі терапії, виконання ним домашніх завдань, тощо. Когнітивно-поведінкова терапія використовує широкий, інтегративний арсенал технік та втручань (у тому числі з інших методів психотерапії), використовуючи їх у індивідуальному випадку кожного клієнта на досягнення терапевтичних цілей.

Викладач: кандидат психологічних наук, професор кафедри загальної та клінічної психології Гасюк Мирослава Богданівна.