

ПРОГРАММА

«Применение когнитивно-поведенческого метода к лечению нервно-психических расстройств» (четвертая часть)

Цель: знакомство обучающихся с применением метода когнитивно-поведенческой терапии к лечению нервно-психических расстройств в клинической практике Института Бэка и в российской клинической практике.

Аудитория: клинические психологи, психологи, психотерапевты, психиатры

Объем: 270ч.

Период обучения: 20 ноября 2024 – 20 ноября 2025.

Форма обучения: дистанционная (Zoom, MTC link).

Преподавательский состав: клинические психологи Института Бэка (США), клинические психологи НМИЦ психиатрии и неврологии имени В.М.Бехтерева, СПбГУ; психиатры (МГУ имени М.В.Ломоносова, СПГПМУ.)

Научный руководитель: главный детский психиатр г.Санкт-Петербурга, доктор медицинских наук, заведующий кафедрой СПГПМУ Гречаный Северин Вячеславович.

Календарно-тематический план

Раздел I. Курс Института Бэка (12 модулей, 109 ч. вебинаров, 12 тестов, итоговый тест, 109ч.самостоятельной работы):

Модуль 1. Базисный уровень

1.1. Исследование КПТ в области тревожных расстройств

1.2. Первая терапевтическая сессия с Сарой

1.3. Когнитивная модель

1.4. Модель рисков и ресурсов

1.5. Фокус внимания

1.6. Тревожные люди о тревожности

1.7. Избегающее и безопасное поведение

Тест

Модуль 2. Базисный уровень

2.1. Оценочная сессия

2.2. Определение ценностей и стремлений, и постановка целей

2.3. Обзор когнитивной концептуализации кейса

2.4. Когнитивная модель

2.5. Когнитивная модель Сары

2.6. Релевантная история жизни

- 2.7. Глубинные убеждения
- 2.8. Копинг-стратегии и промежуточные убеждения
- 2.9. Когнитивная концептуализация кейса
- 2.10. Диаграмма когнитивной концептуализации, основанной на сильных сторонах
- 2.11. Терапевтические отношения
- 2.12. Структура сессии
- 2.13. Схема лечения

Тест

Модуль 3. Когнитивные интервенции (часть 1)

- 3.1. Когнитивные интервенции
- 3.2. Презентация клиенту когнитивной модели. Выявление автоматических мыслей
- 3.3. Оценка автоматических мыслей
- 3.4. Сбор доказательств и копинг-карты

Тест

Модуль 4. Когнитивные интервенции (часть 2)

- 4.1. Декатастрофизация, решение проблем, альтернативные выводы и объяснения
- 4.2. Рабочие листы для оценки и реагирования на автоматические мысли
- 4.3. Использование когнитивной реструктуризации
- 4.4. Анализ затрат и выгод

Тест

Модуль 5. Поведенческие интервенции: поведенческий эксперимент

- 5.1. Разработка и анализ поведенческих экспериментов
- 5.2. Поведенческие эксперименты на сессии

Тест

Модуль 6. Поведенческие интервенции: экспозиции

- 6.1. Экспозиционные упражнения и когнитивная формулировка тревожности
- 6.2. Рационализация экспозиционных упражнений
- 6.3. Иерархия экспозиций
- 6.4. Экспозиции и безопасное поведение
- 6.5. Фокусирование внимания клиентов, шкалирование уровня тревожности и когнитивная реструктуризация
- 6.6. Анализ пережитого опыта и выводы

Тест

Модуль 7. Поведенческие интервенции: экспозиции

- 7.1. Делаем экспозицию эффективной
- 7.2. Количество (частота) и направление экспозиции
- 7.3. Образные экспозиции
- 7.4. Телесно-чувственные экспозиции
- 7.5. Разбор случая экспозиции телесно-чувственных ощущений
- 7.6. Подход, направленный на восстановление в ходе экспозиции

Тест

Модуль 8. Психологические интервенции и осознанность

- 8.1. Психологические интервенции
- 8.2. Прогрессивная мышечная релаксация
- 8.3. Диафрагмальное дыхание
- 8.4. Простое контролируемое дыхание
- 8.5. Интервенции осознанности
- 8.5. Терапевтические сессии: осознанность мыслей
- 8.6. Осознанность чувств и эмоций
- 8.7. Осознанность контроля внимания

Тест

Модуль 9. Генерализованное тревожное расстройство

- 9.1. Диагностика
- 9.2. Когнитивная модель и фактор 1: нетолерантное отношение к неопределенности
- 9.3. Убеждения относительно беспокойства
- 9.4. Низкая способность к решению проблем
- 9.5. Когнитивная концептуализация Сары
- 9.6. Тревожность по поводу будущего
- 9.7. Когнитивная реструктуризация: декатастрофизация и техника решения проблем
- 9.8. Когнитивная реструктуризация: запись мыслей в таблицу из двух колонок
- 9.9. Оценка убеждений относительно беспокойства
- 9.10. Выделяем время для беспокойства
- 9.11. In -vivo экспозиция неопределенности
- 9.12. Образная и эмоциональная экспозиции
- 9.13. Тренинг: релаксация и обобщение

Тест

Модуль 10. Паническое расстройство

- 10.1. Диагностические критерии
- 10.2. Когнитивная модель
- 10.3. Когнитивная модель Mike
- 10.4. Гипербдительность, безопасное поведение и избегание
- 10.5. Когнитивная концептуализация Mike
- 10.6. Примеряем КПТ к паническому расстройству
- 10.7. Когнитивная реструктуризация катастрофических ошибочных толкований
- 10.8. Интерцептивная экспозиция
- 10.9. Терапевтическая сессия: интерцептивная экспозиция
- 10.10. Дыхательная гимнастика
- 10.11. Экспозиция in- vivo
- 10.12. Подход, ориентированный на восстановление в экспозиции in vivo
- 10.13. Стратегии, когда клиенты избегают экспозиции
- 10.14. Симптомы
- 10.15. Медикаменты

Тест

Модуль 11. Социальное тревожное расстройство

- 11.1. Диагностика
- 11.2. Когнитивная модель
- 11.3. Фокус внимания на себя и выстраивание впечатления о самом/самой себе как о социальном объекте
- 11.4. Безопасное поведение
- 11.5. Дефицит навыков, обусловленных тревожностью
- 11.6. Переживание прошедших событий
- 11.7. Обобщение. Разбор случаев
- 11.8. Принятие эмоций
- 11.9. Когнитивная реструктуризация: антиципаторная тревожность
- 11.10. Подход, ориентированный на восстановление для когнитивной концептуализации
- 11.11. Тренинг «Фокус внимания»: осознанность контроля внимания
- 11.12. Фокус на ролевой игре на тему «Внимание»
- 11.13. Экспозиция ролевой игры с видео- аудио- обратной связью

11.14. Редукция процесса прошедших событий

11.15. In -vivo экспозиции и экспозиция социальной неудачи

Тест

Модуль 12. Обсессивно-компульсивное расстройство

12.1. Диагностические критерии

12.2. Обзор когнитивной модели ОКР и нежелательных ментальных интрузий

12.3. Оценка навязчивых состояний

12.4. Нейтрализация навязчивого состояния

12.5. Оценка контроля

12.6. Когнитивная концепция. Paul

12.7. Лонгитюдная формулировка. Poul:

- адаптация КПТ к ОКР и психообразование
- когнитивная реструктуризация оценки навязчивых состояний
- поведенческий эксперимент
- экспозиция in-vivo и профилактика реакций
- иерархия экспозиций
- образные экспозиции и профилактика реакций
- осознанный интрузий
- профилактика рецидивов
- препятствия в лечение ОКР
- подход, ориентированный на восстановление при ОКР

Тест

Итоговый тест.

Раздел II. 10 сопроводительных вебинаров, посвященных нервно-психическим расстройствам (20 ч.). Самостоятельная работа (20ч)

Традиционно все отдельные части курса КПТ сопровождаются вебинарами российских ученых, преподавателей.

Четвертая часть курса КПТ, посвященная нервно-психическим расстройствам сопровождается вебинарами известного психиатра Алексея Викторовича Павличенко (Московский государственный университет имени М.В.Ломоносова); доктора психологических наук Екатерины Андреевны Колотильщиковой (НМИЦ психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева), кандидата психологических наук Елены Борисовны Мизиновой(НМИЦ психиатрии и неврологии имени В.М. Бехтерева), доктора психологических наук, профессора Санкт-Петербургского государственного университета Галины Львовны Исуриной.

Общее научное руководство курса осуществляет и координирует доктор медицинских наук, главный детский психиатр Санкт-Петербурга, заведующий кафедрой Санкт-Петербургского государственного педиатрического медицинского университета Гречаный Северин Вячеславович

Внимание:

Слушатели, освоившие и успешно сдавшие итоговое тестирование по первым трем частям курса КПТ:

- КПТ и дети/подростки (СДВГ, РАС, РПП и др.)
- КПТ и депрессии
- Майндфулнесс

имеют возможность (по объему часов первых трех курсов) получить диплом КПТ – терапевта и освоить четвертую часть в качестве повышения квалификации с получением удостоверения, или могут получить диплом КПТ-терапевта после освоения четвертой части. В первом случае дипломный вкладыш не будет включать темы четвертой части и объем часов в дипломе будет на 270 ч. указан меньше, чем у тех, кто получит диплом по итогам освоения четвертой части.

Стоимость курса: 10 000 руб. (возможно, в связи с большим объемом редактирования и адаптации материала, до начала курса рост стоимости).

Слушатели, подписавшие договор на 10 тыс. руб. за четвертую часть, даже при рассрочке платежа 5+5, будут защищены от будущего роста стоимости за четвертую часть курса.