**Міністерство освіти і науки України**

**Національний авіаційний університет**

**Навчально-науковий Гуманітарний інститут**

**КАФЕДРА АВІАЦІЙНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

**Методичні рекомендації
з самостійної роботи студентів
з опанування навчального матеріалу**

з дисципліни «Актуальні проблеми когнітивної психології»

за спеціальністю 053 «Психологія»

 Укладач:

Старший викладач кафедри авіаційної

психології О.М.Ічанська

Методичні рекомендації розглянуті та схвалені на засіданні кафедри авіаційної психології

 Протокол № \_\_\_\_ від «\_\_\_»\_\_\_\_\_\_\_\_ 2017 р.

 Завідувач кафедри Л.В.Помиткіна

**Зразок методичних рекомендації до
виконання самостійної роботи**

**Модуль 1**

**Тема 8.** **Основи когнітивної психотерапії.**

**План**

1.Дискусійні моменти з історії становлення когнітивної психотерапії

**Література**

1. Бек А. Когнитивная психотерапия расстройств личности. Практикум по психотерапии.- СПб.: Питер, 2002. - 544 с.

Величковский Б. М. Когнитивная наука. Основы психологии познания: Учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по направлению и спец. психол.:В 2 т. / Борис Митрофанович Величковский. – М. : Академия, 2006. – 447с.

2. Зинченко Т. П. Когнитивная и прикладная психология / Т. П. Зінченко. – М. : МОДЕК, 2000 г. – 608 с.

5. Когнитивная психология. Учебник для вузов. [Под ред. В. Н. Дружинина, Д. В. Ушакова ]. – М. : ПЕР СЭ, 2002 – 480 с.

З питання про походження когнітивної психотерапії думки розходяться.

І Елліс, і Бек наголошували на тому вплив, який справили на розвиток їх когнітивних підходів психотерапевтичні моделі, запропоновані свого часу Альфредом Адлером і Карен Хорні.

Початок когнітивної терапії зв'язується з діяльністю Джорджа Келлі. У 20-х роках Джордж Келлі використав в своїй клінічній роботі психоаналітичні інтерпретації. На думку Келлі, інтерпретації Фрейда виявлялися ефективними, оскільки вони розхитували звичний для пацієнтів спосіб мислення і надавали їм можливість мислити і розуміти по-новому. Келлі вирішив створити техніки для безпосередньої корекції неадекватних способів мислення.

Основні положення когнітивної психотерапії були сформульовані Беком незалежно від Елліса, який в 50-і роки розробив метод раціонально-емоційної психотерапії.

На сьогоднішній день, КТ знаходиться на стику когнитивизма, біхевіоризму і психоаналізу. Як правило, в навчальних посібниках, виданих в останні роки, не розглядається питання про існування відмінностей між двома найбільш впливовими варіантами когнітивної терапії - КТ А. Бека і РЕПТ А. Елліса.

Відомими вченими були розроблені форми когнітивної терапії. Особливо слід відзначити раціонально-емотивної терапії Альберта Елліса, когнітивно-поведінкову модифікацію Дональда Мейченбаума, мультимодальне терапію Арнольда Лазаруса.

**Термінологічний словник**

раціонально-емотивна терапія, когнітивно-поведінкова терапія, мультимодальна терапія.

**Питання для самоперевірки**

1.Назвіть основні дискусійні моменти з історії становлення когнітивної психотерапії

2.Охарактеризуйте підстави для аргументації джерел становлення КП.