



Белорусское  
общество  
когнитивно-поведенческой  
психотерапии

## **ШОК-КПТ ШКАЛА ОЦЕНКИ КОМПЕТЕНЦИЙ В КОГНИТИВНО- ПОВЕДЕНЧЕСКОЙ ТЕРАПИИ**

Имя и фамилия супервизанта :	
Супервизор :	
Дата оценки:	
Вид оценивания (промежуточный, итоговый и т.п.):	

Используя критерии, перечисленные ниже, укажите уровень навыков/знаний, выбрав соответствующую числовую оценку для каждого элемента навыков / знаний в списке. Если уровень навыков/знаний не подходит для терапевтического использования в отношении конкретной категории пациентов, с которыми работал супервизант, оцените его как не оцениваемый (Н/О).

### **Шкала оценки:**

<b>1-2</b>	<b>3-4</b>	<b>5-6</b>	<b>7-8</b>	<b>9-10</b>
Недостаточные знания	Незначительные знания	Удовлетворительные знания	Хорошие знания	Высокий уровень знаний

### **ПРАКТИЧЕСКИЕ НАВЫКИ**

\_\_\_\_\_ Супервизант получает необходимую информацию от пациента в процессе обследования и по ходу терапии и совместно с пациентом строит (при необходимости в ходе терапии модифицирует) формулирование на основе когнитивной модели.

\_\_\_\_\_Супервизант надлежащим образом в сотрудничестве с пациентом устанавливает цели терапии и терапевтический контракт.

\_\_\_\_\_Супервизант учит пациента основным принципам КПТ, включая информацию об основных уровнях когниций, когнитивного принципа, роли поддерживающих процессов а также ожиданий, что пациент в процессе терапии будет принимать активное участие и научится быть «себе самому психотерапевтом».

\_\_\_\_\_Супервизант должным образом строит терапевтический план, интегрируя как индивидуальное диагностическое формулирование и цели терапии, так и рекомендуемые современными протоколами техники и подходы, специфичные к той или иной проблеме/расстройству.

\_\_\_\_\_Супервизант структурирует терапевтическую сессию, устанавливает повестку дня и должным образом эффективно использует время сеанса.

\_\_\_\_\_Супервизант вовлекает пациента в активное сотрудничество, применяет принцип коллаборативного эмпиризма, техники управляемого открытия и сократовских диалогов.

\_\_\_\_\_Супервизант надлежащим образом применяет основные поведенческие техники (в частности планирование активностей для лиц с депрессивными расстройствами, экспозиции для лиц с тревожными расстройствами и др.)

\_\_\_\_\_Супервизант применяет надлежащим образом основные техники по работе с когнициями разного уровня (включая вербальные техники, поведенческие эксперименты, экспериментальные и др.).

\_\_\_\_\_Супервизант умеет распознавать и идентифицировать эмоции пациента, применять соответствующий арсенал терапевтических техник и подходов, способствующих эмоциональной интеграции.

\_\_\_\_\_Супервизант применяет надлежащим образом дополнительные техники КПТ (ориентированные на решение проблем, принятие решений, интерперсональные и др.).

\_\_\_\_\_Супервизант надлежащим образом использует домашнюю работу, чтобы помочь пациенту преодолеть существующие проблемы и обучить соответствующим методам самопомощи.

\_\_\_\_\_ Супервизант умеет надлежащим образом давать, спрашивать и принимать обратную связь для проверки понимания, укрепления командной работы пациента и терапевта и т.п.

\_\_\_\_\_ Супервизант планирует завершение терапии и готовит пациента к этому, а также совместно с пациентом разрабатывает план предупреждения рецидива.

**В целом надлежащее владение практическими навыками КПТ: да / нет**

### **ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ЗНАНИЯ**

\_\_\_\_\_ Супервизант демонстрирует понимание основных теоретических принципов модели КПТ (в том числе связь мыслей, эмоций и поведения; концепцию автоматических мыслей и когнитивных искажений, типичные когнитивные искажения; значение промежуточных и глубинных убеждений/схем и их связь со специфическими искажениями, НАМами, поведением и т.д.)

\_\_\_\_\_ Супервизант демонстрирует понимание ключевых характеристик КПТ и их значения в отношении эффективной терапии (в частности значения управляемого открытия, структурированности, важности домашних заданий и т.д.)

\_\_\_\_\_ Супервизант знает современные модели формулирования различных психиатрических расстройств в модели КПТ, в частности роль специфических поддерживающих циклов, ключевых когниций, факторов предрасположенности и т.п.

\_\_\_\_\_ Супервизант обладает современными знаниями в области психопатологии, психиатрии по основным психиатрическим расстройствам и рекомендованных эмпирически обоснованными протоколами методов их лечения, в частности демонстрирует понимание показаний и противопоказаний по применению КПТ при том или ином психиатрически и эмпирических данных о возможной эффективности КПТ.

\_\_\_\_\_ Супервизант обладает современными знаниями относительно современных протоколов, моделей и рекомендаций применения тех или иных техник и подходов КПТ при том или ином психиатрическом расстройстве расстройстве.

\_\_\_\_\_Супервизант демонстрирует понимание основных характеристик терапевтических отношений в модели КПТ.

\_\_\_\_\_Супервизант демонстрирует понимание основных принципов психоэдукации, обучение пациента методам самопомощи, тактики по предупреждению рецидивов.

\_\_\_\_\_Супервизант демонстрирует понимание основных принципов, лежащих в основе использования поведенческих техник в КПТ (в частности планирование деятельности, экспозицию с предупреждением реакции, техники релаксации, пошаговую экспозицию, поведенческой модификации и др.).

\_\_\_\_\_Супервизант демонстрирует понимание основных принципов, лежащих в основе использования когнитивных техник в КПТ (включая выявление автоматических мыслей, когнитивную реструктуризацию, метод решения проблем, анализ преимуществ/недостатков, исследование доказательств, запись мыслей, методы модификации глубинных/промежуточных убеждений и др.)

\_\_\_\_\_Супервизант демонстрирует понимание, каким образом принцип эмпиричности применяется в КПТ-терапии (в частности понимает обоснование использования шкал и средств мониторинга эффективности, техник рекомендованных эмпирически-обоснованными протоколами и др.)

<b>В целом надлежащее владение теоретическими знаниями в КПТ: да / нет</b>
--

### **ЛИЧНОСТНЫЕ КАЧЕСТВА, ИНТЕР-И ИНТРАПЕРСОНАЛЬНЫЕ НАВЫКИ**

\_\_\_\_\_Супервизант демонстрирует правильное понимание этических стандартов психотерапевтической помощи и придерживается их в своей деятельности.

\_\_\_\_\_Супервизант демонстрирует эмпатию, уважение, любопытство, открытость, безоценочность, доброжелательность, честность по отношению к пациенту.

\_\_\_\_\_Супервизант устанавливает с пациентом надлежащее терапевтическое отношение, строит терапевтический альянс, основанный на сотрудничестве; удерживает соответствующие границы/рамки этого отношения.

\_\_\_\_\_ Супервизант демонстрирует чувствительность к социально-культурным, финансовым и этически-нравственным вопросам, возникающим в терапевтических отношениях; при возникновении конфликтных ситуаций решает их в пределах этических стандартов и интересов пациента.

\_\_\_\_\_ Супервизант демонстрирует соответствующую личностную зрелость, надлежащее понимание себя, своей личности и своих возможных личностных трудностей, которые могут быть затруднены в условиях психотерапии и способность к адекватному их решению.

\_\_\_\_\_ Супервизант распознает личные реакции на пациента (в том числе активацию определенных собственных личностных схем и связанных с ними поведенческих, эмоциональных, когнитивных реакций/оценок) и должным образом умеет справляться с этими реакциями, оставаясь в терапевтической позиции относительно пациента, действуя в его интересах и в границах своей терапевтической роли.

\_\_\_\_\_ Супервизант демонстрирует умение и открытость принимать объективную обратную связь (в том числе не избегая возможности этого, предоставляя необходимые аудио/видеозаписи собственной практики для супервизии и т.п.)

\_\_\_\_\_ Супервизант демонстрирует реалистичное понимание/оценку своего уровня знаний/навыков/компетентности, выдерживает этические стандарты, действуя в пределах собственной компетентности; осознает необходимость и умеет организовывать собственное дальнейшее профессиональное развитие.

\_\_\_\_\_ Супервизант обладает в достаточной степени навыками заботы о своем психологическом состоянии, регуляции энергии, умеет предотвращать профессиональное выгорание.

<p>В общем надлежащие личностные качества характеристики, интра-и интерперсональные навыки: да / нет</p>
--

**ОБЩАЯ РЕКОМЕНДАЦИЯ СУПЕРВИЗОРА ПО АККРЕДИТАЦИИ  
СУПЕРВИЗАНТА В КАЧЕСТВЕ КПТ-ТЕРАПЕВТА**

<b>НЕОБХОДИМЫЕ КОМПЕТЕНЦИИ:</b>	<b>Подпись супервизора</b>
1. Супервизант демонстрирует надлежащие практические навыки необходимые для оказания психотерапевтической помощи методом КПТ	
2. Супервизант демонстрирует надлежащие теоретические знания в сфере КПТ, психиатрии, психопатологии необходимые для эффективного применения КПТ	
3. Супервизант демонстрирует необходимые общие психотерапевтические и интерперсональные умения необходимые для оказания психотерапевтической помощи	
4. Супервизант сознателен и придерживается этических принципов психотерапевтической практики	
5. Супервизант демонстрирует необходимую личностную зрелость, понимание собственных психологических реакций в терапии, имеет надлежащую объективность в самооценке и навыки заботы о своем психологическом состоянии	

**Дополнительные комментарии при необходимости:**

---

---

---

---

---

---

---