

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 29.08.2026 15:45:13  
Уникальный программный ключ:  
6bbcb8f4da5b7c404e256c14c5898c94



## Институт психотерапии и клинической психологии

Автономная некоммерческая организация высшего образования  
**«Институт психотерапии и клинической психологии»**

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор АНО ВО «Институт психотерапии  
и клинической психологии»  
\_\_\_\_\_/Гордеева Е.Г./  
«14» апреля 2026 г.

Приказ от «14» апреля 2026 г. № 14/04/26-002-р

### РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ СЕМЬЕ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ

|                             |                                                 |
|-----------------------------|-------------------------------------------------|
| Направление подготовки      | 37.03.01 Психология                             |
| Направленность (профиль)    | Психологическое консультирование и психотерапия |
| Уровень высшего образования | Бакалавриат                                     |
| Форма обучения              | Очная                                           |

## 1. Общая характеристика дисциплины

### 1.1. Цель и задачи дисциплины

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель освоения дисциплины</b> | Формирование у обучающихся системы знаний о кризисных состояниях, переживании горя и утраты, суицидальном поведении, а также о современных подходах к оказанию психологической помощи личности и семье в кризисных ситуациях.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| <b>Задачи дисциплины</b>        | <ul style="list-style-type: none"><li>– сформировать представление о психологических особенностях кризисных состояний, переживания горя, утраты и суицидального поведения;</li><li>– познакомить с основными подходами к организации психологической помощи личности и семье в кризисных ситуациях;</li><li>– раскрыть психологические и психосоматические аспекты кризисных и травматических переживаний;</li><li>– сформировать представление о современных подходах и технологиях психологической помощи в кризисных ситуациях;</li><li>– познакомить с вопросами профессиональной безопасности специалиста при работе с кризисной проблематикой.</li></ul> |

### 1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

| Блок/часть ОПОП                                                                         | Курс/семестр     |
|-----------------------------------------------------------------------------------------|------------------|
| Блок 1. Дисциплины (модули)<br>Часть, формируемая участниками образовательных отношений | 3 курс 6 семестр |

### 1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

| Профессиональные компетенции (ПК)                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                 |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код и наименование ПК                                                                                                                                                                                  | Индикатор достижения компетенции                                                                                                                                |
| <b>ПК-2</b> Способен участвовать в организации и проведении психологического консультирования по вопросам личностного развития, межличностного взаимодействия и преодоления трудных жизненных ситуаций | <b>ПК-2.1</b> Устанавливает профессиональное взаимодействие с участниками консультативного процесса, соблюдая нормы профессиональной этики и конфиденциальности |
|                                                                                                                                                                                                        | <b>ПК-2.2</b> Анализирует особенности ситуации обращения и определяет направления консультативной работы в пределах поставленных задач                          |
|                                                                                                                                                                                                        | <b>ПК-2.3</b> Использует методы и приемы консультативного взаимодействия в соответствии с целью консультативной работы и особенностями ситуации обращения       |

## 2. Содержание и организация освоения дисциплины

### 2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

|                                             |                 |
|---------------------------------------------|-----------------|
| <b>Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)</b> | <b>3/108</b>    |
| <b>Форма промежуточной аттестации</b>       | зачет с оценкой |

|                               |           |
|-------------------------------|-----------|
| <b>Контактная работа</b>      | <b>92</b> |
| лекции                        | 28        |
| практические занятия          | 64        |
| <b>Самостоятельная работа</b> | <b>16</b> |

## 2.2. Тематический план дисциплины

| № п/п | Тема (раздел) дисциплины                                                                                    | Общая трудоемкость (акад. часы) | Лекции    | ПЗ        | СР        |
|-------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------|-----------|-----------|
| 1     | Психология горя, утраты и суицидального поведения                                                           | 14                              | 4         | 8         | 2         |
| 2     | Психологическая помощь семье и личности в кризисных ситуациях                                               | 12                              | 2         | 8         | 2         |
| 3     | Кризисные состояния и психологическая травма                                                                | 12                              | 4         | 6         | 2         |
| 4     | Психосоматические аспекты кризисных состояний                                                               | 10                              | 2         | 6         | 2         |
| 5     | Основы кризисного консультирования и кризисного вмешательства                                               | 30                              | 8         | 18        | 4         |
| 6     | Телесно-ориентированные подходы в работе с кризисными состояниями и профессиональная безопасность психолога | 30                              | 8         | 18        | 4         |
|       | <b>ИТОГО</b>                                                                                                | <b>108</b>                      | <b>28</b> | <b>64</b> | <b>16</b> |

## 2.3. Содержание дисциплины

| Тема (раздел) дисциплины                                      | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|---------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Психология горя, утраты и суицидального поведения             | Психология горя и утраты. Представления о горевании как процессе адаптации к потере. Основные подходы к пониманию переживания утраты. Стадии и особенности проживания горя. Нормативные и осложненные реакции горевания.<br>Понятие суицидального поведения. Основные факторы и условия формирования суицидального риска. Поведенческие и эмоциональные признаки кризисного состояния. Основные подходы к профилактике суицидального поведения и организации психологической поддержки. |
| Психологическая помощь семье и личности в кризисных ситуациях | Задачи и принципы психологической помощи при переживании утраты и кризисных жизненных событий. Особенности психологической поддержки детей, подростков и взрослых в ситуации потери.<br>Психологическое сопровождение семьи в кризисных ситуациях.<br>Особенности взаимодействия с родственниками и ближайшим окружением человека, переживающего кризис. Возможности консультативной помощи при суицидальном риске и иных кризисных состояниях.                                         |
| Кризисные состояния и психологическая травма                  | Понятие кризисного состояния и психологической травмы. Классификация кризисных состояний. Реакции человека на стрессовые и травматические события.<br>Психологические последствия экстремальных событий, насилия, утраты и иных травматических переживаний. Острая стрессовая реакция и посттравматические проявления. Особенности переживания возрастных,                                                                                                                              |

|                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                             | <p>семейных и жизненных кризисов.</p> <p>Основы психологической диагностики кризисных состояний. Анализ психологических и поведенческих проявлений кризисного реагирования.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| Психосоматические аспекты кризисных состояний                                                               | <p>Взаимосвязь психологических переживаний и телесных реакций.</p> <p>Психосоматические проявления стресса и травматического опыта.</p> <p>Влияние кризисных состояний на эмоциональное, когнитивное и физическое состояние человека. Телесные проявления тревоги, напряжения и эмоционального неблагополучия.</p> <p>Основные направления психологической помощи, ориентированной на восстановление эмоционального состояния и развитие ресурсов совладания со стрессом.</p>                                                                                                                                                                                          |
| Основы кризисного консультирования и кризисного вмешательства                                               | <p>Понятие кризисного консультирования. Цели, задачи и принципы психологической помощи в кризисных ситуациях.</p> <p>Виды кризисного вмешательства и особенности их применения в работе психолога. Основные направления психологической поддержки при переживании травматических событий, утраты, насилия и иных кризисных состояний.</p> <p>Особенности психологической помощи при посттравматических проявлениях и кризисных реакциях.</p>                                                                                                                                                                                                                           |
| Телесно-ориентированные подходы в работе с кризисными состояниями и профессиональная безопасность психолога | <p>Возможности телесно-ориентированного подхода в психологическом консультировании при стрессе, травме и эмоциональном напряжении.</p> <p>Общее представление о подходах П. Левина, Л. Марчер, В. Баскакова, Х. Алиева и других направлениях телесно-ориентированной практики.</p> <p>Возможности применения отдельных техник саморегуляции, релаксации и восстановления эмоционального состояния.</p> <p>Профессиональные риски деятельности психолога при работе с кризисными клиентами. Вторичная травматизация и эмоциональное выгорание.</p> <p>Основные подходы к профилактике профессионального неблагополучия и поддержанию профессиональной устойчивости.</p> |

## 2.4. Самостоятельная работа обучающихся

| Тема (раздел) дисциплины                                                                                    | Формы самостоятельной работы                         | Формы отчетности       |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------|------------------------|
| Психология горя, утраты и суицидального поведения                                                           | Изучение учебной литературы и электронных ресурсов   | Устный опрос           |
| Психологическая помощь семье и личности в кризисных ситуациях                                               | Работа с научными и учебно-методическими материалами | Участие в обсуждении   |
| Кризисные состояния и психологическая травма                                                                | Изучение рекомендованных источников                  | Устный опрос           |
| Психосоматические аспекты кризисных состояний                                                               | Работа с профессиональной литературой                | Участие в обсуждении   |
| Основы кризисного консультирования и кризисного вмешательства                                               | Изучение учебных и методических материалов           | Обсуждение результатов |
| Телесно-ориентированные подходы в работе с кризисными состояниями и профессиональная безопасность психолога | Изучение учебной литературы и электронных ресурсов   | Участие в обсуждении   |

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и углубление знаний о кризисных состояниях, переживании горя и утраты, суицидальном поведении,

психологической травме, а также о современных подходах к оказанию психологической помощи личности и семье в кризисных ситуациях.

Самостоятельная работа обучающихся обеспечивается учебно-методическими и информационными ресурсами Института.

## 2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- технологии практической подготовки обучающихся;
- интерактивные методы обучения;
- технологии самостоятельной работы обучающихся;
- иные образовательные технологии, соответствующие целям и содержанию дисциплины.

Организация образовательного процесса может осуществляться с использованием электронной информационно-образовательной среды Института и иных ресурсов, применяемых в образовательной деятельности.

## 3. Учебно-методическое и ресурсное обеспечение дисциплины

### 3.1. Основная литература

| № п/п | Наименование                                                                                                                                                                                                 | Электронный ресурс                                                                                                                    | Доступ                                                                                               |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Зэйферт К.б Девива Джейсон. Жизнь после травмы: Как помочь близкому с посттравматическим стрессовым расстройством / Пер. с англ. / К.Б. Зэйферт. - Москва : Альпина, 2024. - 360 с. - ISBN 978-5-9614-8514-1 | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/397747/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/397747/reading</a><br><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 2     | Самюэль Джулия. Переживая горе. Истории жизни, смерти и спасения. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 288 с. - ISBN 978-5-4461-1324-8                                                                         | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/365230/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/365230/reading</a><br><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |

### 3.2. Дополнительная литература

| № п/п | Наименование                                                                                                                               | Электронный ресурс                                                                                                                  | Доступ                                                                                               |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1     | Волкан В. Жизнь после утраты: Психология горевания / В. Волкан, Э. Зинтл. - Москва : Когито-Центр, 2007. - 155 с. - ISBN 978-5-89353-213-5 | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/29516/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/29516/reading</a><br><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 2     | Холлис Дж. Душевные омуты: Возвращение к жизни после тяжелых потрясений. - Москва : Когито-Центр, 2008. - 192 с. - ISBN 978-5-89353-244-9  | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/29531/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/29531/reading</a><br><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |

### 3.3. Электронно-библиотечные системы

| Наименование ЭБС                          | Адрес                                    |
|-------------------------------------------|------------------------------------------|
| Электронно-библиотечная система Айбукс.ру | <a href="http://Ibooks.ru">Ibooks.ru</a> |

### 3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

| Наименование                                                                                                                                                                                                                                                 | Адрес                                                                                                                                                                    |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Профессиональные базы данных</b>                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                          |
| КиберЛенинка<br><i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>                                                                    | <a href="http://КиберЛенинка">КиберЛенинка</a>                                                                                                                           |
| PsyJournals.ru<br><i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>                                                           | <a href="http://Портал психологических изданий PsyJournals.ru">Портал психологических изданий PsyJournals.ru</a>                                                         |
| Электронная библиотека диссертаций РГБ<br><i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.</i>                                                                   | <a href="http://Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)">Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)</a> |
| Российское психологическое общество<br><i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>                                                  | <a href="http://Российское Психологическое Общество">Российское Психологическое Общество</a>                                                                             |
| Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига<br><i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i> | <a href="http://Профессиональная психотерапевтическая лига">Профессиональная психотерапевтическая лига</a>                                                               |
| Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии<br><i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>                                 | <a href="http://Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии">Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии</a>                                                   |
| Большая российская энциклопедия<br><i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>                                                            | <a href="http://Большая российская энциклопедия">Большая российская энциклопедия</a>                                                                                     |
| Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России<br><i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i>                                                                    | <a href="http://ВАК">ВАК</a>                                                                                                                                             |
| Журнал «Вопросы психологии»<br><i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по</i>                                                                                                                                                     | <a href="http://Вопросы психологии">Вопросы психологии</a>                                                                                                               |

|                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                   |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| актуальным направлениям психологии.                                                                                                                                                                                               |                                                                                                   |
| Журнал «Психологические исследования»<br><i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>                                                       | <a href="#">Психологические исследования</a>                                                      |
| <b>Информационные справочные системы</b>                                                                                                                                                                                          |                                                                                                   |
| Министерство науки и высшего образования Российской Федерации<br><i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i> | <a href="#">Министерство науки и высшего образования</a>                                          |
| Портал ФГОС ВО<br><i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>                                                                                                           | <a href="#">Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования</a> |
| Официальный интернет-портал правовой информации<br><i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>                                                                                     | <a href="#">Портал правовой информации</a>                                                        |
| Гарант<br><i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>                                                                                                               | <a href="#">garant.ru</a>                                                                         |
| КонсультантПлюс<br><i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>                                                                                                                  | <a href="#">КонсультантПлюс</a>                                                                   |

### 3.5. Программное обеспечение

| Наименование ПО                                  | Тип лицензии                 |
|--------------------------------------------------|------------------------------|
| Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM) | OEM-лицензия                 |
| Kaspersky Endpoint Security                      | Коммерческая лицензия        |
| LibreOffice                                      | Свободно распространяемое ПО |
| 7-Zip                                            | Свободно распространяемое ПО |
| VLC Media Player                                 | Свободно распространяемое ПО |

### 3.6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

| Материально-техническое обеспечение                                                                                                                                                                                                                                                                                                    | Назначение                                                 |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------|
| <b>учебная аудитория для проведения учебных занятий</b><br>Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения:<br>комплекты учебной мебели (столы, стулья), комплект мебели для преподавателя, ноутбук для преподавателя с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде | Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий |

|                                                                                                                                                                                                                                                           |                                                |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска                                                                                                                                                                            |                                                |
| <b>помещение для самостоятельной работы</b><br>комплекты учебной мебели (столы, стулья), ноутбуки для обучающихся с выходом в сеть "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института, гарнитура, магнитно-маркерная доска | Организация самостоятельной работы обучающихся |

#### **4. Особенности освоения дисциплины обучающимися из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Реализация дисциплины для обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья в соответствии с законодательством Российской Федерации и локальными нормативными актами Института.

При необходимости обучающимся могут быть созданы специальные условия для освоения дисциплины, прохождения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

#### **5. Фонд оценочных средств**

Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине разрабатывается в соответствии с локальными нормативными актами Института и включает оценочные материалы, критерии и процедуры оценивания результатов освоения дисциплины.