

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 08.07.2026 15:10:50
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da576404e256c146b8898c94



**Институт психотерапии и
клинической психологии**

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

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

АРТ-ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С КРИЗИСНЫМИ СОСТОЯНИЯМИ И ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМОЙ

Направление подготовки	37.04.01 Психология
Направленность (профиль)	Психотерапия последствий травматического опыта и кризисных состояний
Уровень высшего образования	Магистратура
Форма обучения	Очно-заочная

1. Общая характеристика дисциплины

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование совокупности знаний, умений и владений, обеспечивающих приобретение практического опыта, необходимого для освоения компетенций, в области арт-терапии с целью подготовки к самостоятельному применению методов психологической помощи в условиях кризиса клиента в будущей профессиональной деятельности
Задачи дисциплины	1. Ознакомиться с основными психологическими феноменами, связанными с переживаниями травматических и кризисных событий, а также особенностями внутренних и внешних кризисов 2. Познакомиться с структурными и содержательными характеристиками кризисных и посттравматических состояний, чтобы понять, как правильно диагностировать и выбирать меры вмешательства 3. Изучить основные принципы построения психокоррекционных мероприятий и стратегий работы с личностью в кризисных ситуациях, учитывая их особенности и этапы развития 4. Ознакомиться с арт-терапевтическими методами, применяемыми при работе с травмой и стрессом, понять их преимущества и особенности использования в кризисных ситуациях 5. Развить навыки планирования и проведения коротких психотерапевтических сессий с применением арт-техник, направленных на работу с травмами и кризисными состояниями 6. Освоить базовые техники арт-терапии для работы с травмой, стрессом и кризисными состояниями, научиться правильно их применять в практической деятельности 7. Ознакомиться с принципами интеграции полученных знаний и навыков в профессиональную деятельность для оказания эффективной психологической поддержки в кризисных ситуациях

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений	1 курс 2 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-2 Способен проводить мероприятия по психологическому консультированию населения и трудовых коллективов в соответствии с заявленными проблемами	ПК-2.1 Выявляет и анализирует психологические факторы, определяющие состояние психического здоровья и уровень адаптации клиента (личности или коллектива), для формулирования консультативной гипотезы и определения стратегии помощи
	ПК-2.2 Проводит консультативные мероприятия с использованием методов и техник выбранного психотерапевтического подхода в соответствии с заявленной проблемой и индивидуально-психологическими особенностями обратившихся

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	3/108
Форма промежуточной аттестации	зачет с оценкой
Контактная работа	40
лекции	12
практические занятия	28
Самостоятельная работа	68

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Введение в теорию кризисных состояний	11	3	1	7
2	Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии	12	1	4	7
3	Базовые права личности	12	1	4	7
4	Травма. Последствия непереработанной стрессовой реакции	12	1	4	7
5	Синдром эмоционального выгорания. Профессиональное здоровье специалиста	12	1	3	8
6	Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии	12	1	3	8
7	Травма развития. Основные понятия. Методы арт-психотерапевтической работы	12	1	3	8
8	Горе, утрата. Краткая характеристика, специфические особенности протекания	13	2	3	8
9	Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии	12	1	3	8
	ИТОГО	108	12	28	68

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Введение в теорию кризисных состояний	Значение кризисов в жизни человека. Адаптационные механизмы человека Понятие кризиса и кризисного состояния: определение, характеристики. Уникальные психологические механизмы арт-терапевтического процесса в работе с травмой. Классификация и виды кризисных состояний. Внешние и внутренние кризисы: понятие и отличия. Классификация внутренних кризисов. Возрастные кризисы: этапы развития по Э. Эриксону. Экзистенциальные кризисы. Духовные кризисы. Значение внутренних

	кризисов для развития личности. Ограничения и специфика работы с внутренними кризисами Внешние кризисы: типы внешних кризисов, определения и основные характеристики. Травмы развития- определения и основные характеристики. Горе и утраты - Понятие горя как внешнего и внутреннего кризиса, разнообразие утрат. Синдром эмоционального выгорания. Вторичная травма
Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии	Диагностика состояния. Создание зоны доверия и безопасности. Создание ресурсного состояния, снижение тревоги. Основные принципы работы с кризисным клиентом : нормализации, партнерства и повышения достоинства личности , принятия индивидуального темпа работы и самораскрытия клиента. Особенности работы на 1 встрече. Арт-терапевтические техники для работы на 1-3 этапе
Базовые права личности	Право на жизнь. Право на границы. Право на удовольствие. Право на любовь. Период формирования. Оптимальное освоение, возможные факторы нарушения. Способы работы по диагностике и восстановлению через инструменты арттерапии и дальнейшие рекомендации по восстановлению каждого права через методики глубинных подходов
Травма. Последствия непереработанной стрессовой реакции	Внешние кризисы. Особенности острой реакции на стресс, факторы влияющие на тяжесть реакции, норма разрешения. Последствия непереработанной стрессовой реакции: ПТСР, КПТСР, психические и поведенческие расстройства, социальная дезадаптация. Единичная и пролонгированная травма. Портрет клиента с травматическим опытом
Синдром эмоционального выгорания. Профессиональное здоровье специалиста	Основные определения. Факторы риска. Стадии синдрома выгорания применительно к психологам. Система профилактики у специалистов
Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии	Десенсибилизация негативных переживаний и чувств, Отреагирование негативных переживаний и чувств. Осознание психотравмирующего опыта, изменение отношения к травме. Арт-терапевтические техники для работы на 4-6 этапе
Травма развития. Основные понятия. Методы арт-психотерапевтической работы	Травма развития. Характеристика и последствия. Сходства и различия между КПТСР и травмой развития. Факторы, влияющие на формирование травм развития. Роль системы привязанности. Последствия эмоциональной депривации и отвержения. Зависимости и семейные дисфункции. Насилие физическое, эмоциональное. Завышенные требования. Гиперопека. Противоречивое воспитание. Сиблинговое соперничество Методы арт-психотерапевтической работы
Горе, утрата. Краткая характеристика, специфические особенности протекания	Основные понятия: горе, утрата. Реакция горя, работа горя, процесс горевания. Общие симптомы горя. Стадии горя, задачи горя . Осложненное горе. «Патологическое» горевание. Методы работы с утратами с помощью арт-терапии
Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии	Переформирование системы убеждений и ценностей. Когнитивно-аффективная реструктуризация внутренних схем и базовых установок клиента. Деконструкция дисфункциональных интроектов и формирование адаптивных, ресурсных убеждений, способствующих интеграции травматического опыта с помощью арт-методов. Реальное видение прошлой ситуации и позитивных сторон события, рефрейминг, смысловое переосмысление. Снижение эмоциональной нагрузки, развитие психологической устойчивости. Формирование новой модели поведения, социальная адаптация. Арт-терапевтические инструменты для развития саморегуляции и стрессоустойчивости. Простройка будущего и экологическая проверка. Арт-методы для самоподдержки, мотивации, адаптации

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Введение в теорию кризисных состояний	Изучение динамики и стадий протекания кризиса. Анализ подходов к первичной диагностике жизненного состояния клиента в остром периоде	Проверка теоретических знаний о классификации кризисов и алгоритмах первого контакта
Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии		
Базовые права личности	Изучение концепции ассертивных прав личности. Анализ феномена фиксации идентичности в моменте травмы и обесценивания собственных достижений	Анализ механизмов деструктивного влияния вытесненного стресса на самооценку специалиста
Травма. Последствия непереработанной стрессовой реакции		
Синдром эмоционального выгорания. Профессиональное здоровье специалиста	Изучение фаз выгорания и методов саморегуляции. Проработка экспрессивных техник интеграции опыта, принятия изменений и присвоения внутренних сил	Выполнение и защита комплексной арт-техники «Путеводная звезда» с созданием телесных скульптур и 5-сегментных карт
Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии		
Травма развития. Основные понятия. Методы арт-психотерапевтической работы	Изучение феноменологии отсроченных и прошлых потерь (перинатальные потери, аборты, выкидыши). Изучение принципов ритуализации и экологичной утилизации аффекта в арт-терапии	Выполнение техники «Прощальная открытка» (создание открытки, текста, авторского конверта и прохождение этапа закрытия гештальта)
Горе, утрата. Краткая характеристика, специфические особенности протекания		
Этапы работы с клиентом в кризисной психотерапии	Систематизация опыта: от стабилизации до фазы освобождения места для новых чувств. Анализ критериев эффективности кризисного вмешательства	Проверка теоретических знаний

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

2.5. Образовательные технологии

При реализации дисциплины могут использоваться:

- электронное обучение и дистанционные образовательные технологии;
- 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	Александров Е. Психотерапия ПТСР у комбатантов. / Е. Александров, Н. Александрова. - Санкт-Петербург : Питер, 2023. - 272 с. - ISBN 978-5-4461-2398-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/390148/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Волкан В. Жизнь после утраты: Психология горевания / В. Волкан, Э. Зинтл. - Москва : Когито-Центр, 2007. - 155 с. - ISBN 978-5-89353-213-5	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29516/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Жегурова О. А. Арт-терапия в профилактической и лечебной работе: учеб.-метод. пособие / О.А. Жегурова, Е.А. Потемкина. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный университет, 2019. - 100 с. - ISBN 978-5-288-05898-1	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/379576/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	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: https://ibooks.ru/bookshelf/397747/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
5	Копытин А. И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса / А.И. Копытин. - Москва : Когито-Центр, 2014. - 203 с. - ISBN 978-5-89353-420-7	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/343308/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
6	Мейсон П. Прекратите ходить по яичной скорлупе: жизнь с тем, у кого пограничное расстройство личности. / П. Мейсон, Р. Крегер. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 336 с. - ISBN 978-5-4461-1609-6	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/373505/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
7	Млодик И. Ю. Карточный дом. Психотерапевтическая помощь клиентам с пограничными расстройствами [Электронный ресурс]. – 2-е изд. (эл.) / И.Ю. Млодик. - Москва : Генезис, 2016. - 162 с. - ISBN 978-5-98563-381-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/362608/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
8	Сенкевич Л. В. Психология экзистенциальных кризисов : монография / Л.В. Сенкевич. - Москва : Флинта, 2023. - 372 с. - ISBN 978-5-9765-5423-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/395052/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
9	Старшенбаум Г. В. Суицидология и кризисная психотерапия / Г.В. Старшенбаум. - Москва : Когито-Центр, 2005. - 376 с. - ISBN 5-89353-132-9	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29462/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
10	Холлис Дж. Душевные омуты: Возвращение к жизни после тяжелых потрясений. - Москва : Когито-Центр, 2008. - 192 с. - ISBN 978-5-89353-244-9	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29531/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и

			паролю организации
11	Холлис Джеймс. Перевал в середине пути. Как преодолеть кризис среднего возраста. - Санкт-Петербург : Питер, 2024. - 256 с. - ISBN 978-5-4461-2273-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/393792/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
12	Шишков В. В. Психотерапия функциональных расстройств. Карманный справочник врача и психолога. - Изд. 2-е, идент. / В.В. Шишков. - Санкт-Петербург : Скифия, 2023. - 496 с. - ISBN 978-5-00025-311-3	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/398574/reading 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	Акимова А.Р. Практикум по психологии стресса: стрессоры и изменяющие жизнь события / А.Р. Акимова. - Москва : Флинта, 2023. - 112 с. - ISBN 978-5-9765-5363-7	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/390915/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Бернс Д. Терапия настроения: Клинически доказанный способ победить депрессию без таблеток / Пер. с англ. / Д. Бернс. - Москва : Альпина, 2019. - 550 с. - ISBN 978-5-9614-1819-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/376498/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Вудхаус Сара. Психологическая травма: путь к самоисцелению. - Санкт-Петербург : Питер, 2024. - 320 с. - ISBN 978-5-4461-1882-3	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/393782/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	Давыдова Е. Сила архетипов: Как работа с бессознательным помогает изменить жизнь и обрести смысл / Е. Давыдова. - Москва : Альпина, 2025. - 392 с. - ISBN 978-5-9614-8981-1	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/399043/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
5	Диджузеппе Р. Рационально-эмотивно-поведенческая терапия. / Р. Диджузеппе, К. Дойл, У. Драйден. - Астана : Спринт Бук, 2026. - 480 с. - ISBN 978-601-12-5944-6	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/411745/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
6	Дмитрий Ковпак. Без паники! Как научиться жить спокойно и уверенно. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 336 с. - ISBN 978-5-4461-1444-3	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/371703/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
7	Мандель Б.Р. Психология стресса.: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. - Москва : Флинта, 2019. - 252 с. - ISBN 978-5-9765-2005-9	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/341692/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
8	Сапольски Р. Почему у зебр не бывает инфаркта. Психология стресса. / Р. Сапольски. - Санкт-Петербург : Питер,	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/386017/reading	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети

	2022. - 480 с. - ISBN 978-5-4461-2247-9	Текст: электронный	Интернет, по логину и паролю организации
9	Шустов Д. И. Трансактный анализ / Д.И. Шустов. - Москва : Когито-Центр, 2009. - 366 с. - ISBN 978-5-89353-262-3	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/29542/reading 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	Ibooks.ru

3.4. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Наименование	Адрес
Профессиональные базы данных	
КиберЛенинка <i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>	КиберЛенинка
PsyJournals.ru <i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>	Портал психологических изданий PsyJournals.ru
Электронная библиотека диссертаций РГБ <i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.</i>	Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)
Российское психологическое общество <i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i>	Российское Психологическое Общество
Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига <i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i>	Профессиональная психотерапевтическая лига
Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии <i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>	Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии
Большая российская энциклопедия	Большая российская энциклопедия

Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.	
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.	ВАК
Журнал «Вопросы психологии» Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования» Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.	Министерство науки и высшего образования
Портал ФГОС ВО Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.	Портал правовой информации
Гарант Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.	garant.ru
КонсультантПлюс Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.	КонсультантПлюс

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
учебная аудитория для проведения учебных занятий Специализированная мебель, оборудование и технические средства обучения: комплекты учебной мебели (столы, стулья), комплект мебели для преподавателя, ноутбук для преподавателя с выходом в сеть "Интернет" и доступом к электронной информационно-образовательной среде Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска	Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий
помещение для самостоятельной работы комплекты учебной мебели (столы, стулья), ноутбуки для обучающихся с выходом в сеть "Интернет" и доступом в электронную информационно-образовательную среду Института, гарнитура	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.