

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 29.08.2026 15:45:14
Уникальный программный ключ:
6bbcb8f4da576404e156c14eb5898c94



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

ИНТЕГРАТИВНЫЕ МЕТОДЫ РАБОТЫ СО СТРЕССОМ И ТРАВМОЙ

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

Цель освоения дисциплины	Формирование у обучающихся системы знаний о современных интегративных подходах к психологической помощи при стрессе, кризисных состояниях и психической травме, а также способности анализировать особенности психологического состояния клиента, выбирать стратегии психологической помощи и применять интегративные технологии в профессиональной деятельности.
Задачи дисциплины	– сформировать представления о современных психологических подходах к работе со стрессом, кризисными состояниями и психической травмой; – познакомить с возможностями интеграции различных методов психологического консультирования при оказании помощи клиентам с последствиями стресса и травматического опыта; – сформировать способность анализировать психологическое состояние клиента и выбирать стратегии психологической помощи с учетом особенностей запроса и характера переживаний; – сформировать представления о современных технологиях стабилизации, ресурсирования и сопровождения клиентов в процессе психологической помощи; – сформировать представления о профессиональных, этических и организационных принципах оказания психологической помощи при стрессовых, кризисных и травматических состояниях.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Блок/часть ОПОП	Курс/семестр
Блок 1. Дисциплины (модули)	4 курс 7 семестр
Часть, формируемая участниками образовательных отношений	4 курс 8 семестр

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

Универсальные компетенции (УК)	
Код и наименование УК	Индикатор достижения компетенции
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни	УК-6.1 Планирует учебную и профессиональную деятельность с учетом поставленных целей
	УК-6.2 Использует методы самоорганизации и самоконтроля для достижения запланированных результатов
	УК-6.3 Определяет направления собственного профессионального и личностного развития

Профессиональные компетенции (ПК)	
Код и наименование ПК	Индикатор достижения компетенции
ПК-1 Способен участвовать в реализации мероприятий психологического просвещения и	ПК-1.1 Учитывает психологические особенности различных категорий населения при подготовке и реализации мероприятий психологического просвещения и профилактической направленности

профилактической деятельности, направленных на сохранение психологического благополучия и повышение психологической культуры различных категорий населения	ПК-1.2 Использует методы, формы и средства психологического просвещения и профилактической деятельности в соответствии с поставленными задачами
	ПК-1.3 Участвует в реализации мероприятий психологического просвещения и профилактической деятельности, направленных на сохранение психологического благополучия и повышение психологической культуры различных категорий населения

2. Содержание и организация освоения дисциплины

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы

	7 семестр	8 семестр	итого
Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	2/72	3/108	5/180
Форма промежуточной аттестации	зачет	экзамен	зачет экзамен
Контактная работа	44	64	108
лекции	12	20	32
практические занятия	32	44	76
Самостоятельная работа	28	17	45
Контроль		27	27

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
7 семестр					
1	Современные подходы к психологической помощи при депрессивных состояниях	18	4	8	6
2	Современные подходы к психологической помощи при тревожных расстройствах	18	4	8	6
3	Современные подходы к психологической помощи при психической травме	18	2	8	8
4	Интегративные методы психологической помощи при последствиях психической травмы	18	2	8	8
	ИТОГО 7 семестр	72	12	32	28
8 семестр					
1	Метафорические методы в психологической работе с травматическим опытом	10	4	4	2
2	Основы информационно-центрированного подхода в работе с травматическим опытом	10	2	6	2

3	Пространственные модели исследования внутреннего опыта	10	2	6	2
4	Работа с ранним травматическим опытом и внутренними образами	10	2	6	2
5	Пространственная организация психологического опыта	10	2	6	2
6	Интеграция моделей психологической помощи при травматическом опыте	11	4	6	1
7	Организация психологической помощи при кризисных состояниях и психической травме	10	2	6	2
8	Интегративные технологии стабилизации и ресурсирования	10	2	4	4
	Контроль	27			
	ИТОГО 8 семестр	108	20	44	17
	ИТОГО	180	32	76	45

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
7 семестр	
Современные подходы к психологической помощи при депрессивных состояниях	Современные представления о депрессивных состояниях. Возможности когнитивно-поведенческого подхода в психологической помощи при депрессии. Работа с автоматическими мыслями, когнитивными искажениями, самооценкой и негативными ожиданиями. Формирование адаптивных способов мышления. Профилактика повторного возникновения депрессивной симптоматики. Использование отдельных техник эриксоновского гипноза как вспомогательного метода психологической помощи.
Современные подходы к психологической помощи при тревожных расстройствах	Современные представления о тревожных расстройствах. Возможности когнитивно-поведенческой терапии при работе с тревогой. Психологическая помощь при панических состояниях, фобиях и генерализованной тревоге. Методы релаксации, образной и поведенческой экспозиции. Формирование навыков эмоциональной саморегуляции. Использование отдельных техник эриксоновского гипноза в работе с тревожными состояниями.
Современные подходы к психологической помощи при психической травме	Современные представления о психологической травме и посттравматическом стрессовом расстройстве. Подготовка клиента к работе с травматическим опытом. Особенности психологической помощи при работе с травматическими воспоминаниями. Использование методов возрастной регрессии, образной работы и когнитивной переработки травматического опыта. Возможности психологической помощи при последствиях психической травмы.
Интегративные методы психологической помощи при последствиях психической травмы	Интеграция современных методов психологической помощи при работе с последствиями психической травмы. Возможности сочетания техник эриксоновского гипноза и десенсибилизации и переработки движениями глаз (ДПДГ). Показания и ограничения применения различных методов. Принципы выбора психологических интервенций с учетом индивидуальных особенностей клиента. Профессиональные и этические аспекты применения интегративного подхода.
8 семестр	

Метафорические методы в психологической работе с травматическим опытом	Психологическая метафора как средство исследования внутреннего опыта клиента. Теоретические основы метафорического подхода. Функции метафоры в психологическом консультировании. Принципы построения терапевтических метафор. Использование метафорического языка в психологической практике.
Основы информационно-центрированного подхода в работе с травматическим опытом	Концептуальные основы информационно-центрированного подхода Дэвида Гроува. Принципы экологичного исследования внутреннего опыта. Методология «Чистого языка» и особенности ее использования в психологическом консультировании. Работа с символическим описанием переживаний клиента и психологическим смыслом симптомов.
Пространственные модели исследования внутреннего опыта	Четырехквadrантная модель исследования внутреннего опыта. Особенности работы с различными уровнями психологического опыта клиента. Представления о внутреннем ребенке, пространстве восприятия и трансгенерационных аспектах психологического опыта. Возможности использования пространственных моделей в психологическом консультировании.
Работа с ранним травматическим опытом и внутренними образами	Психологические представления о раннем травматическом опыте. Использование метафорических техник и внутреннего образа ребенка в консультировании. Основные этапы исследования внутренних образов. Понятие эпистемологических метафор. Работа с временной перспективой и символическими представлениями клиента.
Пространственная организация психологического опыта	Психологические основы пространственного восприятия внутреннего опыта. Пространственные метафоры и психокартография. Работа с внешними и внутренними образами клиента. Навигация между различными уровнями психологического опыта. Использование пространственного моделирования при анализе клиентского случая.
Интеграция моделей психологической помощи при травматическом опыте	Четырехквadrантная модель как способ систематизации психологической работы с травматическим опытом. Сравнение различных уровней психологического анализа. Выбор стратегии консультирования в зависимости от особенностей клиентского запроса. Анализ возможностей и ограничений интегративного подхода.
Организация психологической помощи при кризисных состояниях и психической травме	Первичная психологическая диагностика кризисных состояний и посттравматического стрессового расстройства. Особенности проведения консультативной беседы. Создание терапевтического альянса и безопасного психологического пространства. Типичные ошибки специалиста при работе с последствиями психической травмы.
Интегративные технологии стабилизации и ресурсирования	Методы стабилизации эмоционального состояния клиента. Формирование ресурсных состояний средствами современных психологических подходов. Использование отдельных техник эриксоновского гипноза, нейролингвистического программирования, символдрамы, телесно-ориентированной психотерапии и арт-терапии в рамках психологического консультирования. Интегративные методы десенсибилизации эмоционально тяжелых переживаний. Возможности и ограничения применения различных методов психологической помощи.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
7 семестр		
Современные подходы к психологической помощи при депрессивных состояниях	Изучение учебной литературы и рекомендованных источников	Устный опрос

Современные подходы к психологической помощи при тревожных расстройствах	Анализ научных и учебно-методических материалов	Обсуждение результатов работы
Современные подходы к психологической помощи при психической травме	Самостоятельное изучение отдельных вопросов дисциплины	Анализ материалов по теме
Интегративные методы психологической помощи при последствиях психической травмы	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий
8 семестр		
Метафорические методы в психологической работе с травматическим опытом	Изучение учебной литературы	Участие в обсуждении
Основы информационно-центрированного подхода в работе с травматическим опытом	Анализ учебных материалов	Анализ материалов по теме
Пространственные модели исследования внутреннего опыта	Изучение рекомендованных источников	Устный опрос
Работа с ранним травматическим опытом и внутренними образами	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий
Пространственная организация психологического опыта	Самостоятельное изучение отдельных вопросов дисциплины	Обсуждение результатов работы
Интеграция моделей психологической помощи при травматическом опыте	Подготовка аналитических материалов	Аналитический материал
Организация психологической помощи при кризисных состояниях и психической травме	Работа с профессиональной литературой	Участие в обсуждении
Интегративные технологии стабилизации и ресурсирования	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и углубление знаний о современных подходах к психологической помощи при стрессовых, кризисных и посттравматических состояниях, возможностях интеграции различных методов психологического консультирования, а также на развитие навыков анализа профессиональных ситуаций и применения полученных знаний при решении профессиональных задач.

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	Падески К. Управление настроением. Измени мысли, привычки, жизнь. / К. Падески, Д. Гринбергер. - Санкт-Петербург : Питер, 2023. - 608 с. - ISBN 978-5-4461-1865-6	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/388137/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	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	Баскаков В.Ю. Свободное тело. Хрестоматия по телесно-ориентированным практикам / В.Ю. Баскаков. - Москва : Институт общегуманитарных исследований, 2016. - 160 с. - ISBN 978-5-94193-809-4	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/362315/reading Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	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

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	
<i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i>	Большая российская энциклопедия
Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России	
<i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i>	ВАК
Журнал «Вопросы психологии»	
<i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i>	Вопросы психологии
Журнал «Психологические исследования»	
<i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i>	Психологические исследования
Информационные справочные системы	
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации	
<i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i>	Министерство науки и высшего образования
Портал ФГОС ВО	
	Портал Федеральных

Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.	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, 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.