

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:
6bbcb8f4da5b7c404e256c14c68898c94



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

АРТ-ТЕРАПИЯ В РАБОТЕ С ТРАВМОЙ И КРИЗИСНЫМИ СОСТОЯНИЯМИ

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 психологических особенностях кризисных состояний и психической травмы, возможностях арт-терапевтического сопровождения клиентов в кризисных ситуациях, а также развитие навыков анализа кризисной проблематики и применения арт-терапевтических методов в рамках профессиональной деятельности психолога.
Задачи дисциплины	– сформировать представления о психологических особенностях кризисных состояний, психической травмы и закономерностях их развития; – познакомить с принципами диагностики кризисных состояний и организации психологической помощи средствами арт-терапии; – раскрыть возможности арт-терапевтических методов в психологическом сопровождении клиентов, переживающих кризисные и травматические события; – сформировать представления об особенностях психологической помощи при переживании утраты, последствиях психической травмы и эмоциональном выгорании; – познакомить с принципами восстановления психологических ресурсов, повышения эмоциональной устойчивости и профилактики повторной психологической дезадаптации.

1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

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

1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

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

Общая трудоемкость (з.е./акад. часы)	2/72
Форма промежуточной аттестации	зачет
Контактная работа	48
лекции	12
практические занятия	36
Самостоятельная работа	24

2.2. Тематический план дисциплины

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Общая трудоемкость (акад. часы)	Лекции	ПЗ	СР
1	Теоретические основы кризисных состояний и психологической травмы	12	4	4	4
2	Диагностика кризисных состояний и организация арт-терапевтической помощи	12	2	6	4
3	Арт-терапевтические технологии сопровождения клиентов в кризисных состояниях	14	2	8	4
4	Арт-терапия в работе с последствиями психологической травмы	12	2	6	4
5	Арт-терапевтическая помощь при переживании утраты и профилактика профессионального выгорания	10	2	4	4
6	Завершение кризисной терапии и восстановление психологической устойчивости	12		8	4
	ИТОГО	72	12	36	24

2.3. Содержание дисциплины

Тема (раздел) дисциплины	Содержание
Теоретические основы кризисных состояний и психологической травмы	Понятие кризиса и кризисного состояния, их психологическая специфика и значение в жизненном пути человека. Адаптационные механизмы личности в условиях кризиса. Классификация кризисных состояний: внутренние и внешние кризисы, возрастные, экзистенциальные и духовные кризисы. Этапы психосоциального развития личности по Э. Эриксону. Понятие психологической травмы и травмы развития, их особенности и последствия. Виды внешних кризисов. Горе и утрата как разновидности кризисных состояний. Понятие синдрома эмоционального выгорания и вторичной травматизации. Психологические механизмы арт-терапевтического процесса при работе с кризисными состояниями и последствиями психической травмы.

Диагностика кризисных состояний и организация арт-терапевтической помощи	Первичная психологическая диагностика кризисного состояния. Особенности первой встречи с клиентом. Создание терапевтического альянса, атмосферы доверия и психологической безопасности. Принципы кризисной психологической помощи: партнерство, уважение достоинства личности, принятие индивидуального темпа переживания кризиса, поддержка автономии клиента. Формирование ресурсного состояния и снижение уровня тревоги. Диагностика базовых психологических прав личности (право на жизнь, безопасность, личные границы, удовольствие, любовь), особенности их нарушения при психической травме. Арт-терапевтические методы диагностики и стабилизации эмоционального состояния на начальных этапах консультирования.
Арт-терапевтические технологии сопровождения клиентов в кризисных состояниях	Основные этапы психологического сопровождения клиента в кризисной терапии. Арт-терапевтические методы стабилизации эмоционального состояния. Десенсибилизация негативных переживаний средствами арт-терапии. Безопасное отреагирование эмоциональных состояний. Осознание и переработка психотравмирующего опыта. Использование изобразительных, метафорических и символических техник для исследования эмоциональных переживаний. Возможности арт-терапии в формировании психологических ресурсов и восстановлении эмоционального равновесия.
Арт-терапия в работе с последствиями психологической травмы	Острая стрессовая реакция и особенности ее психологического сопровождения. Факторы, определяющие тяжесть травматического реагирования. Последствия непереработанной стрессовой реакции: посттравматическое стрессовое расстройство, комплексное посттравматическое стрессовое расстройство, психические и поведенческие нарушения, социальная дезадаптация. Особенности единичной и пролонгированной психической травмы. Психологический портрет клиента с травматическим опытом. Травма развития: понятие, причины формирования, роль нарушений привязанности, эмоциональной депривации, семейных дисфункций и насилия. Возможности арт-терапии в работе с последствиями травматического опыта и травм развития.
Арт-терапевтическая помощь при переживании утраты и профилактика профессионального выгорания	Психологическая характеристика горя и утраты. Реакция горя, процесс переживания утраты, стадии и задачи горевания. Осложненное горе и особенности его психологического сопровождения. Арт-терапевтические методы сопровождения клиентов, переживающих утрату. Синдром эмоционального выгорания специалистов помогающих профессий: понятие, факторы риска, стадии развития и профилактика. Поддержание профессионального здоровья психолога средствами арт-терапии и технологий саморегуляции.
Завершение кризисной терапии и восстановление психологической устойчивости	Когнитивно-аффективная переработка кризисного опыта средствами арт-терапии. Пересмотр системы убеждений и личностных смыслов. Работа с внутренними схемами и ограничивающими установками. Формирование адаптивных моделей реагирования и устойчивых способов совладания со стрессом. Использование техник рефрейминга и смысловой реконструкции кризисного опыта. Развитие эмоциональной устойчивости и навыков саморегуляции. Арт-терапевтические методы формирования жизненных перспектив, поддержки позитивных изменений, социальной адаптации и профилактики повторной психологической дезадаптации.

2.4. Самостоятельная работа обучающихся

Тема (раздел) дисциплины	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Теоретические основы кризисных состояний и психологической травмы	Изучение учебной литературы	Устный опрос
Диагностика кризисных состояний и организация арт-терапевтической	Анализ материалов по теме	Обсуждение результатов работы

помощи		
Арт-терапевтические технологии сопровождения клиентов в кризисных состояниях	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий
Арт-терапия в работе с последствиями психологической травмы	Работа с профессиональной литературой	Участие в обсуждении
Арт-терапевтическая помощь при переживании утраты и профилактика профессионального выгорания	Самостоятельное изучение отдельных вопросов дисциплины	Обсуждение результатов работы
Завершение кризисной терапии и восстановление психологической устойчивости	Выполнение практико-ориентированных заданий	Проверка выполненных заданий

Самостоятельная работа обучающихся направлена на закрепление и углубление знаний о психологической травме и кризисных состояниях, возможностях применения арт-терапевтических методов в психологической помощи, а также на развитие навыков анализа профессиональных ситуаций и применения полученных знаний при решении практических 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	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
2	Самюэль Джулия. Переживая горе. Истории жизни, смерти и спасения. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 288 с. - ISBN 978-5-4461-1324-8	URL: https://ibooks.ru/bookshelf/365230/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	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
2	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

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	Ассоциация

<i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i>	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 <i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i>	Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования
Официальный интернет-портал правовой информации <i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i>	Портал правовой информации
Гарант <i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i>	garant.ru
КонсультантПлюс <i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i>	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.