

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гордеева Ирина Григорьевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.07.2026 15:26:42  
Уникальный программный ключ:  
6bbcb8f4da5b764041e756c146b8896094e



**Институт психотерапии и  
клинической психологии**

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

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **КРИЗИСНЫЕ СОСТОЯНИЯ И ПОСЛЕДСТВИЯ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ**

|                                    |                                            |
|------------------------------------|--------------------------------------------|
| <b>Направление подготовки</b>      | 37.04.01 Психология                        |
| <b>Направленность (профиль)</b>    | Психотерапия психосоматических расстройств |
| <b>Уровень высшего образования</b> | Магистратура                               |
| <b>Форма обучения</b>              | Очно-заочная                               |

## 1. Общая характеристика дисциплины

### 1.1. Цель и задачи дисциплины

|                                 |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|---------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Цель освоения дисциплины</b> | Формирование совокупности знаний, умений и владений, обеспечивающих приобретение практического опыта, необходимого для освоения компетенций, необходимых для понимания механизмов возникновения и протекания кризисных состояний, посттравматического стрессового расстройства и других психологических проблем, связанных с травматическим опытом, и разработки эффективных стратегий работы с такими клиентами                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| <b>Задачи дисциплины</b>        | <ol style="list-style-type: none"><li>1. Изучить классификацию кризисных состояний и понятие травмы в психотерапии</li><li>2. Рассмотреть виды и особенности травм развития, их влияние на мировоззрение, убеждения, образ жизни, поведение и особенности реагирования во взрослом возрасте</li><li>3. Изучить посттравматическое стрессовое расстройство и как оно влияет на личность</li><li>4. Научиться составлять психологический портрет человека, пережившего психическую травму</li><li>5. Изучить стратегии психотерапии психических травм, посттравматическое стрессовое расстройство и последствий травм развития</li><li>6. Освоить основные принципы лечения посттравматического стрессового расстройства и особенности психотерапии последствий психических травм</li><li>7. Освоить методы диагностики и особенности работы с клиентами</li></ol> |

### 1.2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

| Блок/часть ОПОП                                  | Курс/семестр     |
|--------------------------------------------------|------------------|
| Блок 1.Дисциплины (модули)<br>Обязательная часть | 1 курс 1 семестр |

### 1.3. Планируемые результаты освоения дисциплины

| Универсальные компетенции (УК)                                                                                                         |                                                                                                                                                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код и наименование УК                                                                                                                  | Индикатор достижения компетенции                                                                                                                     |
| <b>УК-1</b> Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий | <b>УК-1.1</b> Осуществляет анализ проблемной ситуации и выявляет варианты ее возможного развития                                                     |
|                                                                                                                                        | <b>УК-1.2</b> Дифференцирует факты, мнения, интерпретации, оценки, суммирует собственные мнения и суждения, аргументирует свои выводы и точку зрения |
|                                                                                                                                        | <b>УК-1.3</b> Рассматривает и предлагает возможные варианты решения поставленной задачи, оценивая их достоинства и недостатки                        |

| Общепрофессиональные компетенции (ОПК)                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Код и наименование ОПК                                                                                                                                                                                                                                                   | Индикатор достижения компетенции                                                                                                                                                                             |
| <b>ОПК-5</b> Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций | <b>ОПК-5.1</b> Применяет основные стратегии, виды и формы вмешательства для создания программ психологического вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>ОПК-5.2</b> Организует мероприятия по оказанию психологической помощи с учетом индивидуальной и популяционной нормы                                                                                       |
|                                                                                                                                                                                                                                                                          | <b>ОПК-5.3</b> Применяет базовые приемы психологической помощи, развивающие и коррекционные технологии, методы индивидуальной и групповой работы                                                             |

## 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                    | 24    |
| лекции                               | 16    |
| практические занятия                 | 8     |
| Самостоятельная работа               | 48    |

### 2.2. Тематический план дисциплины

| № п/п | Тема (раздел) дисциплины                                                                          | Общая трудоемкость (акад. часы) | Лекции    | ПЗ       | СР        |
|-------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-----------|----------|-----------|
| 1     | Последствия психической травмы, механизмы развития, симптоматика, течение, стратегия психотерапии | 40                              | 12        | 4        | 24        |
| 2     | Психотерапия и коррекция последствий психических травм и посттравматических состояний             | 32                              | 4         | 4        | 24        |
|       | <b>ИТОГО</b>                                                                                      | <b>72</b>                       | <b>16</b> | <b>8</b> | <b>48</b> |

### 2.3. Содержание дисциплины

| Тема (раздел) дисциплины                                                                          | Содержание                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Последствия психической травмы, механизмы развития, симптоматика, течение, стратегия психотерапии | Классификация кризисных состояний. Понятие травмы в психотерапии. Травмы развития. Виды и особенности травм развития. Влияние травм развития на мировоззрение, убеждения, образ жизни, поведение и особенности реагирования во взрослом возрасте. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). |

|                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Психотерапия и коррекция последствий психических травм и посттравматических состояний | Психологический портрет или личностные качества человека, пережившего психическую травму. Формирование психологии жертвы вследствие психологической и сенсорной депривации, нарушения течения детских возрастных периодов, детских травм. Стратегия психотерапии психических травм, ПТСР и последствий травм развития. Основные принципы лечения посттравматического стрессового расстройства. Основные принципы лечения и особенности психотерапии последствий психических травм. |
|---------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2.4. Самостоятельная работа обучающихся

| Тема (раздел) дисциплины                                                                 | Формы самостоятельной работы                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       | Формы отчетности                                                                                  |
|------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Последствия психической травмы: механизмы развития, симптоматика, стратегия психотерапии | Изучение нейробиологических и психологических механизмов травматизации. Анализ стадий течения ПТСР. Подготовка диагностических гипотез для выработки стратегии терапии.<br><br>Студенты самостоятельно изучают, как травма «разворачивается» во времени (течение). На занятии им предлагается описание случая, где они должны:<br>Дифференцировать симптомы (вторжение, избегание, гиперактивация).<br>Оценить риски развития осложнений.<br>Аргументировать приоритетную стратегию (почему сейчас нужна работа с телом, а не когнитивный анализ). | Разбор клинического случая с описанием симптоматики и обоснованием выбора стратегии вмешательства |
| Психотерапия и коррекция последствий психических травм и посттравматических состояний    | Изучение протоколов коррекции (стабилизация, переработка, интеграция). Подбор конкретных техник для работы с диссоциацией и избеганием.<br><br>Студенты готовятся к реализации техник в тройках («Терапевт - Клиент -Наблюдатель»):<br>Терапевт: применяет базовый прием психологической помощи (например, технику «Безопасное место» или методы заземления).<br>Клиент: моделирует типичное посттравматическое состояние.<br>Наблюдатель: оценивает научно-методическую обоснованность действий терапевта                                         | Моделирование сессии по стабилизации состояния клиента в посттравматическом периоде               |

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     | Бизюк А.П. Основы психологии : учебник. – 2-е изд., перераб. и доп. – (Высшее образование: Специалитет). / А.П. Бизюк. - Москва : Инфра-М, 2021. - 660 с. - ISBN 978-5-16-109294-1                       | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/375401/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/375401/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 2     | Зейгарник Б. В. Патопсихология: Учебник. 4-е изд. – (Серия «Учебник для вузов»). / Б.В. Зейгарник. - Санкт-Петербург : Питер, 2024. - 368 с. - ISBN 978-5-4461-4169-2                                    | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/395881/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/395881/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 3     | Сапольски Р. Почему у зебр не бывает инфаркта. Психология стресса. / Р. Сапольски. - Санкт-Петербург : Питер, 2022. - 480 с. - ISBN 978-5-4461-2247-9                                                    | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/386017/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/386017/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 4     | Сенкевич Л. В. Психология экзистенциальных кризисов : монография / Л.В. Сенкевич. - Москва : Флинта, 2023. - 372 с. - ISBN 978-5-9765-5423-8. - URL: (дата обращения: 15.07.2025). - Текст: электронный. | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/395052/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/395052/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 5     | Хомская Е.Д. Нейропсихология: Учебник для вузов. 4-е изд. / Е.Д. Хомская. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 496 с. - ISBN 978-5-4461-0778-0                                                             | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/356954/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/356954/reading</a><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     | Бизюк А.П. Основы психологии : учебник. – 2-е изд., перераб. и доп. – (Высшее образование: Специалитет). / А.П. Бизюк. - Москва : Инфра-М, 2021. - 660 с. - ISBN 978-5-16-109294-1 | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/375401/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/375401/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 2     | Зейгарник Б. В. Патопсихология: Учебник. 4-е изд. – (Серия «Учебник для вузов»). / Б.В. Зейгарник. - Санкт-Петербург : Питер, 2024. - 368 с. - ISBN 978-5-4461-4169-2              | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/395881/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/395881/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |

|   |                                                                                                                                                       |                                                                                                                                   |                                                                                                      |
|---|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3 | Сапольски Р. Почему у зебр не бывает инфаркта. Психология стресса. / Р. Сапольски. - Санкт-Петербург : Питер, 2022. - 480 с. - ISBN 978-5-4461-2247-9 | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/386017/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/386017/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 4 | Сенкевич Л. В. Психология экзистенциальных кризисов : монография / Л.В. Сенкевич. - Москва : Флинта, 2023. - 372 с. - ISBN 978-5-9765-5423-8          | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/395052/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/395052/reading</a><br>Текст: электронный | Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации |
| 5 | Хомская Е.Д. Нейропсихология: Учебник для вузов. 4-е изд. / Е.Д. Хомская. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 496 с. - ISBN 978-5-4461-0778-0          | URL:<br><a href="https://ibooks.ru/bookshelf/356954/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/356954/reading</a><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="https://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="https://cyberleninka.ru">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="https://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="https://elibrary.ru">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="https://psy.ru">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="https://psy.ru">Профессиональная психотерапевтическая лига</a>                                     |
| Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии                                                                                                                                                                                                             | <a href="https://psy.ru">Ассоциация</a>                                                                     |

|                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                   |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <p><i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i></p>                                                              | <a href="#">когнитивно-поведенческой психотерапии</a>                                             |
| <p>Большая российская энциклопедия</p> <p><i>Государственный энциклопедический ресурс, предоставляющий проверенную научную и справочную информацию по различным областям знаний, включая психологию.</i></p>                                 | <a href="#">Большая российская энциклопедия</a>                                                   |
| <p>Высшая аттестационная комиссия при Минобрнауки России</p> <p><i>Официальный ресурс, содержащий перечень рецензируемых научных изданий и нормативные документы в сфере научной аттестации.</i></p>                                         | <a href="#">ВАК</a>                                                                               |
| <p>Журнал «Вопросы психологии»</p> <p><i>Научный журнал, публикующий исследования и теоретические обзоры по актуальным направлениям психологии.</i></p>                                                                                      | <a href="#">Вопросы психологии</a>                                                                |
| <p>Журнал «Психологические исследования»</p> <p><i>Открытый научный журнал, публикующий оригинальные исследования и теоретические статьи по различным направлениям психологии.</i></p>                                                       | <a href="#">Психологические исследования</a>                                                      |
| <b>Информационные справочные системы</b>                                                                                                                                                                                                     |                                                                                                   |
| <p>Министерство науки и высшего образования Российской Федерации</p> <p><i>Официальный сайт, содержащий нормативные документы, государственные программы и информацию о развитии высшего образования и науки в Российской Федерации.</i></p> | <a href="#">Министерство науки и высшего образования</a>                                          |
| <p>Портал ФГОС ВО</p> <p><i>Официальный ресурс федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования.</i></p>                                                                                                           | <a href="#">Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования</a> |
| <p>Официальный интернет-портал правовой информации</p> <p><i>Официальный источник опубликования нормативных правовых актов Российской Федерации.</i></p>                                                                                     | <a href="#">Портал правовой информации</a>                                                        |
| <p>Гарант</p> <p><i>Информационно-правовой портал с возможностью бесплатного доступа к базовым нормативным документам.</i></p>                                                                                                               | <a href="#">garant.ru</a>                                                                         |
| <p>КонсультантПлюс</p> <p><i>Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.</i></p>                                                                                                                  | <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 Института, гарнитура, мультимедийный проектор, экран, магнитно-маркерная доска | Проведение лекционных, практических и иных учебных занятий |
| <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.