

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Гордеева Елизавета Григорьевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 09.04.2026 10:38:53  
Уникальный программный ключ:  
6bbcb8f4da570c04e156c146b898094e



**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./  
«25» февраля 2025 г.

Приказ от «25» февраля 2025 г. № 25/02/25-011-р

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ТРЕВОЖНЫЕ РАССТРОЙСТВА У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

<b>Направление подготовки</b>	37.04.01 Психология
<b>Направленность (профиль)</b>	Когнитивно-поведенческая психотерапия в консультировании
<b>Уровень высшего образования</b>	Магистратура
<b>Форма обучения</b>	Очно-заочная

## 1. Цель и задачи освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины	Формирование совокупности знаний, умений и владений, обеспечивающих приобретение практического опыта, необходимого для освоения компетенций, требуемых для работы с тревожными расстройствами у детей и подростков, включающих методы их диагностики и лечения и компетенций по оказанию квалифицированной психологической помощи при данных состояниях
Задачи дисциплины	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Изучить теоретические основы возникновения и развития тревожных расстройств у детей и подростков</li> <li>2. Ознакомиться с современными методами диагностики тревожных расстройств в детском и подростковом возрасте</li> <li>3. Рассмотреть основные подходы к лечению тревожных расстройств, включая психотерапию и медикаментозную терапию</li> <li>4. Овладеть навыками выявления тревожных расстройств на ранних стадиях развития</li> <li>5. Научиться разрабатывать индивидуальные программы психологической коррекции и реабилитации для детей и подростков с тревожными расстройствами</li> <li>6. Развить умения оказывать квалифицированную психологическую помощь детям и подросткам с тревожными расстройствами и их семьям</li> <li>7. Освоить методы психологической поддержки и гармонизации психического функционирования участников разных социальных групп</li> </ol>

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Место дисциплины в структуре ОПОП	Блок 1. Дисциплины (модули) Часть, формируемая участниками образовательных отношений
-----------------------------------	---

## 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

Профессиональные компетенции (ПК)	
Тип задач профессиональной деятельности: <b>консультативный</b>	
Код и наименование ПК	Код и наименование индикатора достижения ПК
<b>ПК-3</b> Способен оказывать квалифицированную психологическую помощь, необходимые меры психологической поддержки и поддержку для гармонизации психического функционирования участников разных социальных групп	<b>ПК-3.1</b> Демонстрирует знания основ организации психологического сопровождения детей и подростков, включая процессы консультативной и коррекционной работы
	<b>ПК-3.2</b> Разрабатывает индивидуальные программы сопровождения, нивелирующие влияние неблагоприятной среды и обеспечивающие социализацию в трудных жизненных ситуациях, диагностирует причины нарушений личностного становления и оценивает реабилитационный потенциал личности
	<b>ПК-3.3</b> Реализует социально-психологическое сопровождение детей и программы психологических коррекционных мероприятий

## 4. Структура, объем и содержание дисциплины

	Количество академических часов
<b>Общая трудоемкость дисциплины: зачетные единицы/часы</b>	<b>3/108</b>
<b>4.1 Объем контактной работы обучающихся с преподавателем</b>	<b>32</b>
лекции	8
практические занятия	24
<b>4.2. Объем самостоятельной работы обучающихся</b>	<b>49</b>
<b>Форма промежуточной аттестации</b>	
экзамен (4 семестр)	27

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Общая трудоемкость в акад. часах	Трудоемкость по видам учебных занятий в акад. часах		
			Из них контактная работа обучающихся с преподавателем		СРС
			Лек	ПЗ	
1	Введение в психотерапию тревожных расстройств детского и подросткового возраста	8	1		7
2	Когнитивно-поведенческая психотерапия тревожных расстройств у детей и подростков	13	1	6	6
3	Генерализованное тревожное расстройство в детском и подростковом возрасте	10	1	3	6
4	Специфические фобии и детские страхи	10	1	3	6
5	Паническое расстройство у детей и подростков	10	1	3	6
6	Сепарационная тревога, тревожное расстройство у детей, вызванное страхом разлуки	10	1	3	6
7	Социальная тревога. Социофобия	10	1	3	6
8	Элективный мутизм. Специфическое тревожное расстройство детского возраста	10	1	3	6
	<b>Экзамен</b>	27			
	<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>8</b>	<b>24</b>	<b>49</b>

#### 4.1 Содержание занятий

Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание
Введение в психотерапию тревожных расстройств детского и подросткового возраста	Предрасполагающие факторы формирования тревожных расстройств у детей и подростков. Нейробиологические основы тревоги. Онтогенез эмоциональной сферы, биопсихосоциальная модель. Методы психодиагностики.

	Общие принципы психотерапии.
Когнитивно-поведенческая психотерапия тревожных расстройств у детей и подростков	Протоколы психотерапии, применяемые в детской и подростковой практике. Психообразование - значение термина, использование приема в работе с детьми и родителями. Когнитивные и поведенческие техники. Методы, интегрированные в детско-подростковой когнитивно-поведенческой терапии в соответствии с возрастными задачами развития и ведущей возрастной деятельностью.
Генерализованное тревожное расстройство в детском и подростковом возрасте	Диагностические критерии и дифференциальная диагностика. План психотерапии. Основные этапы работы. Применение метакогнитивной модели в терапии детей школьного возраста. Разбор клинических случаев.
Специфические фобии и детские страхи	Диагностические критерии и дифференциальная диагностика. План психотерапии. Основные этапы работы. Систематическая десенсибилизация. Экспозиционная терапия. Разбор клинических случаев.
Паническое расстройство у детей и подростков	Диагностические критерии и дифференциальная диагностика. Коморбидные нарушения. Модели концептуализации и психотерапии. Обучение релаксации, дыхательные техники. Интероцептивная экспозиция. Разбор клинических случаев.
Сепарационная тревога, тревожное расстройство у детей, вызванное страхом разлуки	Диагностические критерии и дифференциальная диагностика. Школьная фобия. Работа с родителями, совместная терапия с учетом возраста. Протокол детско-родительской психотерапии в когнитивно-поведенческой модели.
Социальная тревога. Социофобия.	Диагностические критерии и дифференциальная диагностика. Индивидуальная и групповая терапия. Планирование поведенческого эксперимента. Применение методов “третьей волны”. Терапия принятия и ответственности в работе с социальным тревожным расстройством. Разбор клинических случаев.
Элективный мутизм. Специфическое тревожное расстройство детского возраста.	Диагностические критерии и дифференциальная диагностика. Протокол терапии с учетом возраста. Планы подкрепления и генерализация социальных и коммуникативных навыков. Работа с родителями. Разбор клинических случаев.

## 5. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Наименование темы (раздела) дисциплины для самостоятельного изучения	Формы самостоятельной работы	Формы отчетности
Введение в психотерапию тревожных расстройств детского и подросткового возраста Когнитивно-поведенческая психотерапия тревожных расстройств у детей и подростков Генерализованное тревожное расстройство в	Подготовка к тестированию	Тестирование

детском и подростковом возрасте		
Специфические фобии и детские страхи		
Паническое расстройство у детей и подростков		
Сепарационная тревога, тревожное расстройство у детей, вызванное страхом разлуки		
Социальная тревога. Социофобия.		
Элективный мутизм. Специфическое тревожное расстройство детского возраста.		

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

Учебно-методическое обеспечение включает:

- методические рекомендации по выполнению заданий дисциплины;
- учебные программы дисциплины и материалы лекционных и практических занятий;
- учебники, учебные и учебно-методические пособия;
- научные статьи, нормативные документы и иные материалы, рекомендуемые для освоения содержания дисциплины.

Информационное обеспечение самостоятельной работы обучающихся включает:

- электронную информационно-образовательную среду Института (ЭИОС);
- электронные библиотечные системы (ЭБС), доступ к которым предоставляется обучающимся;
- электронные образовательные ресурсы и профессиональные базы данных, используемые при выполнении заданий дисциплины.

Указанные ресурсы обеспечивают обучающимся возможность самостоятельного изучения теоретического и методического материала, выполнения заданий, подготовки аналитических и контрольных материалов по дисциплине.

## 6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

### а) основная литература:

№ п/п	Основная литература	Адрес электронного ресурса	Вид доступа
1	И.В. Блинникова. Когнитивная психология. Учебник для вузов. - Москва : Пер Сэ, 2002. - 479 с. - ISBN 5-9292-0034-3	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/27795/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/27795/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Лихи Роберт. Терапия эмоциональных схем. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 448 с. - ISBN 978-5-4461-1268-5	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/365262/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/365262/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Холодная М.А. Когнитивные стили: О природе индивидуального ума. / М.А. Холодная. - Москва : Пер Сэ, 2002. - 304 с. - ISBN 5-9292-0061-0	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/27807/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/27807/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

## б) дополнительная литература:

№ п/п	Дополнительная литература	Адрес электронного ресурса	Вид доступа
1	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: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/376498/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/376498/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
2	Гринбергер Д. Разум рулит настроением. Измени свои мысли, привычки, здоровье, жизнь / Д. Гринбергер, К. Падески. - Санкт-Петербург : Питер, 2020. - 320 с. - ISBN 978-5-4461-1321-7	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/365229/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/365229/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
3	Добсон Д. Научно-обоснованная практика в когнитивно-поведенческой терапии. / Д. Добсон, К. Добсон. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 400 с. - ISBN 978-5-4461-1584-6	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/374459/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/374459/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
4	Лихи Роберт. Преодоление сопротивления в когнитивной терапии. - Санкт-Петербург : Питер, 2021. - 352 с. - ISBN 978-5-4461-1630-0	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/373508/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/373508/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
5	Лихи Роберт. Техники когнитивной психотерапии. - Санкт-Петербург : Питер, 2019. - 656 с. - ISBN 978-5-4461-1218-0	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/365261/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/365261/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации
6	Солсо Р. Когнитивная психология. 8-е изд. — (Серия «Мастера психологии»). / Р. Солсо, О. Маклин. - Санкт-Петербург : Питер, 2024. - 640 с. - ISBN 978-5-4461-1230-2	URL: <a href="https://ibooks.ru/bookshelf/395856/reading">https://ibooks.ru/bookshelf/395856/reading</a>  Текст: электронный	Удаленный доступ с любых компьютеров, имеющих доступ к сети Интернет, по логину и паролю организации

## 7. Ресурсное обеспечение дисциплины

Электронно-библиотечная система	
Электронно-библиотечная система «Айбукс.ru/ibooks.ru»	
Перечень современных профессиональных баз данных	
КиберЛенинка  <i>Научная электронная библиотека открытого доступа. Предоставляет бесплатные полнотекстовые статьи по различным направлениям психологии и клиническим исследованиям.</i>	<a href="#">КиберЛенинка</a>
PsyJournals.ru  <i>Портал психологических изданий открытого доступа. Содержит научные журналы и статьи по клинической, консультативной, возрастной, социальной и организационной психологии.</i>	<a href="#">Портал психологических изданий PsyJournals.ru</a>
Электронная библиотека диссертаций РГБ  <i>Ресурс Российской государственной библиотеки, предоставляющий</i>	<a href="#">Виртуальный читальный зал Российской государственной библиотеки (ВЧЗ РГБ)</a>

открытый доступ к авторефератам диссертаций по психологии и смежным наукам.	
<p>Российское психологическое общество</p> <p><i>Профессиональная ассоциация психологов России. Представляет материалы научных исследований, конференций, профессиональные стандарты и информационные ресурсы.</i></p>	<a href="#">Российское Психологическое Общество</a>
<p>Общероссийская профессиональная психотерапевтическая лига</p> <p><i>Профессиональное объединение специалистов в области психотерапии. Предоставляет информацию о научно-практических мероприятиях, образовательных программах и профессиональных стандартах.</i></p>	<a href="#">Профессиональная психотерапевтическая лига</a>
<p>Ассоциация когнитивно-поведенческой психотерапии</p> <p><i>Профессиональный ресурс в области когнитивно-поведенческой психотерапии. Содержит информацию о методах, исследованиях, образовательных программах и конференциях.</i></p>	<a href="#">Ассоциация 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>Перечень информационных справочных систем</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>	<a href="#">КонсультантПлюс</a>

Справочная правовая система с открытым доступом к основным нормативным правовым актам.	
<b>Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение, в том числе отечественного производства</b>	
<b>лицензионное программное обеспечение:</b> Microsoft Windows 11 Professional (лицензия OEM) <b>лицензионное программное обеспечение отечественного производства:</b> Kaspersky Endpoint Security <b>свободно-распространяемое программное обеспечение:</b> LibreOffice, 7-Zip, VLC Media Player	
<b>Описание материально-технической базы</b>	
<b>учебная аудитория для проведения учебных занятий</b> 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  <b>помещение для самостоятельной работы</b> 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	

## **8. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

### **8.1 Адаптация форм и методов обучения**

При реализации дисциплины учитываются индивидуальные особенности и образовательные потребности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. При необходимости предоставляются дополнительные учебные материалы, оказывается консультационная поддержка.

В процессе обучения могут применяться адаптивные методы и формы, учитывающие индивидуальные особенности инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья и их актуальное состояние, включающие увеличение времени на выполнение заданий, предоставление дополнительного времени для подготовки к занятиям, разбивку заданий на более мелкие шаги, использование визуальных и аудиальных средств обучения.

### **8.2 Психолого-педагогическое сопровождение**

В образовательном процессе может осуществляться психолого-педагогическое сопровождение инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, включающее в себя психологическую и педагогическую диагностику, консультирование, коррекционные и реабилитационные мероприятия. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

### **8.3 Контроль и оценка результатов обучения**

Контроль и оценка результатов обучения могут осуществляться с учетом индивидуальных особенностей и возможностей инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья. Формы и методы контроля могут быть адаптированы к индивидуальным потребностям и способностям обучающихся.

### **8.4 Доступность обучения для лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Рабочая программа должна быть доступной для лиц с ограниченными возможностями здоровья. Это означает, что она должна быть адаптирована к их потребностям и возможностям, а также обеспечивать равные возможности для получения образования. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах. Обучающиеся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

Для реализации дисциплины имеются аудитории, оснащенные необходимым оборудованием и техническими средствами обучения. Для проведения практических занятий и самостоятельной работы студентов оборудованы компьютерные классы с доступом к сети Интернет и электронной информационно-образовательной среде.

Условия, созданные для освоения дисциплины, включают доступность образовательного процесса, обеспечение необходимыми техническими средствами и материалами, оказание консультационной и методической поддержки.