

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Сахалинский государственный университет»

Кафедра психологии

УТВЕРЖДАЮ  
Руководитель основной  
профессиональной образовательной  
программы

 / Власенкова Е.Г.

«30» мая 2025 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины (модуля)

*Б1.В.ДВ.04.02 «Психологическое консультирование в работе с травмами»*

Уровень высшего образования  
МАГИСТРАТУРА

Направление подготовки  
44.04.02. «Психолого-педагогическое образование»

«Практическая психология личности»

Квалификация  
магистр

Форма обучения  
заочная

РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и  
инвалидов

Южно-Сахалинск  
2025

Рабочая программа дисциплины *Б1.В.ДВ.04.02 «Психологическое консультирование в работе с травмами»* составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО 3++) по направлению подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Программу составил(-и):

*Кутбиддинова Римма Анваровна, к.псих.н., доцент* \_\_\_\_\_



Рабочая программа дисциплины *Б1.В.ДВ.04.02 «Психологическое консультирование в работе с травмами»* утверждена на заседании кафедры психологии

протокол № 7 от «14» мая 2025 г.

Заведующий кафедрой Власенкова Е.Г. \_\_\_\_\_



### 1. Цель и задачи дисциплины

**Цель дисциплины** – подготовка грамотного выпускника, ориентирующегося в теоретических концепциях психологической работы с травмами у клиентов.

#### **Задачи дисциплины:**

- специфику психологической и физической травмы;
- формирование представлений о специфике консультирования обучающихся, имеющих психосоматические травмы;
- формирование навыка проведения психологического консультирования с обучающимися, имеющими психосоматические травмы.

### 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана Б1.В.ДВ.04.02.

Пререквизиты дисциплины: «Теория и практика личностного консультирования», «Психологическая диагностика в образовании», «Организация профессиональной деятельности психолого-педагогического направления», «Методы и приемы группового консультирования», «Использование методов арт-терапии в современном психологическом консультировании».

Постреквизиты дисциплины: «Психолого-педагогическая помощь детям с ограниченными возможностями здоровья», «Основы психологического консультирования обучающихся с психосоматическими проблемами».

### 3 Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине (модулю)

<b>Коды компетенции</b>	<b>Содержание компетенций</b>	<b>Код и наименование индикатора достижения компетенции</b>
ПКС-1	Способен к проектированию, реализации и экспертизе организационно-методического обеспечения программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся	Знать: особенности проектирования, реализации и экспертизы организационно-методического обеспечения и программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся. Уметь: осуществлять проектирование, реализацию и экспертизу организационно-методического обеспечения и программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся. Владеть: навыками организации проектирования, реализации и экспертизы организационно-методического обеспечения и программ и мероприятий по развитию и социализации обучающихся.
ПКС-2	Способен к просветительской деятельности субъектов образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения	Знать: особенности взаимодействия с субъектами образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения Уметь: осуществлять просветительскую деятельность с субъектами образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения Владеть: навыками организации просветительской деятельности с субъектами образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения
ПКС-3	Способен к планированию и проведению консультационной деятельности с семьями и педагогическим коллективом, коррекционно-развивающей работы с обучающимися, в том числе работы по	Знать: особенности проведения консультативной деятельности с семьями и педагогическим коллективом, коррекционно-развивающей работы с обучающимися, в том числе работы по восстановлению и реабилитации Уметь: вести консультативную деятельность с семьями и педагогическим коллективом, коррекционно-развивающей работы с обучающимися, в том числе работы по восстановлению и реабилитации Владеть: особенностями проведения консультационной деятельности с семьями и педагогическим коллективом, коррекционно-развивающей работы с обучающимися, в том числе работы по восстановлению и реабилитации

	восстановлению и реабилитации	
--	-------------------------------	--

#### 4 Структура и содержание дисциплины

##### 4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетная единица (72 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	4 семестр	всего
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>72</b>	<b>72</b>
<b>Контактная работа:</b>	<b>9</b>	<b>9</b>
Лекции (Лек)		
Практические занятия (ПР)	8	8
Лабораторные работы (Лаб)		
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО)	1	1
Промежуточная аттестация: зачет	3	3
<b>Самостоятельная работа:</b>	<b>60</b>	<b>60</b>

##### 4.2 Распределение видов работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

Заочная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины / темы		Виды учебной работы (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
			контактная				
		Семестр	Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятель ная работа	
1.	Психологическая травма: определение понятия, критерии психологической травмы. Виды травм.	4	–	–	2	20	Присутствие на занятиях, выполнение самостоятельной работы. Выполните технику «Методика «Помощь внутреннему ребенку» (травмированной части)»
2.	Последствия психологических травм для личности и группы.	4	–	–	2	20	Присутствие на занятиях, выполнение самостоятельной работы. Выполните технику создания ресурса «Самое приятное ощущение в теле»
3.	Методы и техники психологического консультирования в работе с травмами	4	–	–	4	20	Присутствие на занятиях, выполнение самостоятельной работы. Выполните упражнение «Рисунок дерева».
	Итого:	–	–	–	8	60	Зачет

##### 4.3 Содержание разделов дисциплины

Темы и планы практических / лабораторных занятий

### **Тема 1. Психологическая травма: определение понятия, критерии психологической травмы. Виды травм.**

1. Психологическая травма: определение понятия.
2. Критерии психологической травмы.
3. Виды травм.

### **Тема 2. Последствия психологических травм для личности и группы**

1. Влияние травмы на картину мира личности.
2. Четыре типа травм.
3. Техника безопасности при работе с психологическими травмами

### **Тема 3. Методы и техники психологического консультирования в работе с травмами**

1. 10 этапов в работе с травмой.
2. Приемы обнаружения травмы.
3. Методика «Помощь Внутреннему ребенку» (травмированной части).
4. Методики создания и возвращения ресурсов.
5. Приемы создания включенного рассказа. Работа с чувствами.
6. Проработка «замирания» на бессознательном уровне.
7. Работа с картиной мира и образом себя.

### **5 Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения**

#### ***Методические указания по организации самостоятельной работы студентов***

Самостоятельная работа организуется с целью формирования компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации самостоятельной работы:

Аудиторная самостоятельная работа под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

Внеаудиторная самостоятельная работа под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

#### ***Самостоятельная работа студентов***

Задание: Выполните технику «Методика «Помощь внутреннему ребенку» (травмированной части)»

Можно позволить себе расслабиться.... Закрыть глаза и подумать о какой-то важной жизненной задачке, которая пока не разрешается...

Обратите внимание на мышцы вашего тела, которые сейчас напряжены... именно эти мышцы, разрешите им сейчас отдохнуть... они и так много поработали в вашей жизни и сегодня...

И представьте себе как дыхание становится ровнее, приятнее, комфортнее, а ваши мысли, те которые остались... они похожи на мыльные пузыри ... которые с каждым выдохом покидают ваше тело и очень приятно, комфортно и легко просто улетают или лопаются. Потому что здесь и сейчас, вы разрешаете себе сделать что-то хорошее для себя: ни о чем не думать, тревоги дня покидают вас...

И вот впереди вас дорога... эта дорога вашей жизни, посмотрите на нее сейчас... она может выглядеть по-разному... есть ваши, а есть не ваши дороги... найдите сейчас свою.

Посмотрите на вашу дорогу жизни – она не похожа на другие. Может быть это асфальт или проселочная дорога, а может быть она из песка или вообще тропинка... а может быть это совсем другая дорога, о которой не знает никто кроме вас... это дорога – ваша жизнь.

И сейчас я хочу попросить вас немножко развернуться и пройти по дороге Вашей жизни немножко назад – двигаясь во времени к себе в прошлом. Помня о том, задачке о которой вы думали не давно... той задачке которая сейчас не получается...

И сейчас вы идете по дороге, это приятно, это же ваша дорога... вы слышите звуки вокруг, ловите ощущения тела... то что вы видите – все это дает вам возможность понять, что это именно ваша дорога – она такой и должна быть. Двигайтесь сейчас во времени назад.... По этой дороге.. и продвигаясь назад все дальше и дальше. Вы видите себя в разных возрастах.

Вот вы в прошлом году..... вот в позапрошлом и так далее. И в определенный момент, может быть детства или подросткового возраста.... на каком-то возрасте Вам захочется

остановиться.

Он привлечет вас, может быть прям цифра вскочит, а может быть кто-то из этих маленьких Вы или не очень маленьких, вдруг остановит вас и скажет «Подожди я здесь!»

Это тот самый вы в прошлом который, как-то связан с этой задачей которая никак не получается.

И вот вы в определенном возрасте – обозначьте этот возраст, и в определенный момент этого возраста, посмотрите на него сейчас очень внимательно, на этого прошлого Вы и спросите его «Что у него такого важного, трудного произошло недавно, что случилось? Чем он сейчас больше всего расстроен»... Послушайте его.... (20 сек)

Посмотрите еще раз внимательно на него и спросите «А какой вывод он сделал в связи с тем, что произошло?» и самое главное, чего ему сейчас не хватает, может какой-то ресурс... прямо сейчас у вас есть возможность дать ему этот ресурс...

Именно то, что больше всего ему сейчас не хватает. Дайте ему это так как ему нужно. Вручите ресурс своему маленькому вы. Потому что этот ресурс может помочь ему изменить его представление о мире. Вручайте!

И подумайте, как эта ситуация и этот прошлый Вы могут быть связаны с той самой задачей, которую сейчас вы никак не можете решить...потому что в этом есть подсказка...отыщите ее (20 сек).

И сейчас мы медленно заканчиваем это удивительное упражнение...и вы медленно возвращаетесь на то место на дороге откуда мы пришли.... Когда вы будете полностью готовы чтобы вернуться тело сделает глубокий вдох а на выдохе придет сюда полностью присутствующим, чувствующим себя эмоционально и физически очень хорошо и комфортно!

**Задание 2. Выполните технику создания ресурса «Самое приятное ощущение в теле»**

Работа с травмой всегда начинается с обращения к уже существующим индивидуальным ресурсам или их создания. Данная техника предназначена для быстрой помощи клиенту с опорой на ресурс.

Этапы реализации техники:

Поиск самого приятного ощущения в теле. Спросите клиента: какое ощущение в теле для него здесь и сейчас – самое приятное?

Фокусировка на приятном ощущении. Попросите его описать это ощущение в подробностях, в деталях: какое это ощущение, где именно оно ощущается, в чем заключаются его особенности, на что это похоже, какие образы это ощущение вызывает в голове и т.д.

Развитие ресурса. Попросите клиента усилить и распространить это приятное ощущение.

Использование ресурса. Спросите клиента, как это приятное ощущение оказало и продолжает оказывать позитивное влияние на другие ощущения – особенно неприятные? Как приятное ощущение и фокусировка на нем позволяют достигать позитивных изменений во всем организме.

Якорение полученного результата. Попросите клиента запомнить это хорошее, ресурсное состояние и этот простой в применении прием, чтобы он мог использовать его самостоятельно для работы с телесными проявлениями психологической травмы. Поставьте якорь.

**Задание 3. Выполните упражнение «Рисунок дерева».**

Представить себя деревом. Подумать о том, какая крона, какие ветки, цветы или плоды на мне. Какого цвета листва, какой формы. Как выглядит кора.

Хорошенько представив, как выглядит дерево, начинайте рисовать. Лучше всего не ограничивать себя в материалах: краски, фломастеры, карандаши – подойдет всё. И лист лучше не меньше А4. Возьмите то, что любит Ваш ребёнок или Вы. Впрочем, можно рисовать и ручкой в блокноте – но терапевтический эффект будет чуть меньше. Расположите дерево в центре листа и оставьте место по краям – оно нам ещё понадобится.

Дальше лучше инструкцию пока не читать – сначала нарисуйте.

Нарисуйте себя, как если бы вы были деревом.

Итак, дерево готово.

Посмотрите на рисунок. Какие чувства вы сейчас испытываете? Что бы хотели сделать для этого дерева? (если выполняете упражнение с ребёнком – расспрашивайте его не спеша. Можете сначала немного рассказать о своём дереве)

После серьёзных стрессов и психологических травм человеку остро не хватает надёжности,

опоры. А надёжность и опора дерева, это, конечно же, корни. Чем крепче корневая система – тем увереннее держится дерево. Никаким ветром не опрокинуть!

Поэтому шаг 2: начинайте прорисовывать надёжные толстые корни! Можно нарисовать, как под землей корешки оплетают собой камни, проникают в землю глубоко, крепко.

Посмотрите на рисунок сейчас. Появляется ли у Вас ощущение уверенности и надёжности, когда смотрите на дерево? Что можно добавить в рисунок, чтобы это ощущение усилить?

Может быть нужен садовник, который будет ухаживать за деревом? Если нужен – нарисуйте.

Или оградка? Или птичка, которая будет защищать дерево от насекомых? Или рядом можно поставить лейку, чтобы поливать дерево? Включите фантазию и нарисуйте такое количество ресурсов, которое необходимо. Пусть у дерева будет всё, чтоб чувствовать себя в безопасности!

Нарисовали? Посмотрите сейчас на получившуюся картинку. Вдохновляет? Даёт стабильность? Хотите добавить что-то ещё?

Периодически задавайте себе вопросы: а что в жизни может меня защищать? За какие камни в земле я могу держаться корнями? Кто тот садовник, и что это за птичка в реальной жизни, к которым я могу обратиться за поддержкой, заботой.

Когда нужный эффект достигнут (рисунок радует глаз и даёт энергию), повесьте рисунок на видном месте.

## 6. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1.	<i>Психологическая травма: определение понятия, критерии психологической травмы. Виды травм.</i>	<i>Семинар 1. Самостоятельная работа</i>	<i>Развернутая беседа с обсуждением Выполните технику «Методика «Помощь внутреннему ребенку» (травмированной части)»</i>
2.	<i>Последствия психологических травм для личности и группы.</i>	<i>Семинар 2. Самостоятельная работа</i>	<i>Развернутая беседа с обсуждением доклада Выполните технику создания ресурса «Самое приятное ощущение в теле»</i>
3.	<i>Методы и техники психологического консультирования в работе с травмами</i>	<i>Семинар 3. Самостоятельная работа</i>	<i>Развернутая беседа с обсуждением доклада. Выполните упражнение «Рисунок дерева».</i>

## 7 Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

### Материалы текущего контроля

**Кейс метод** – проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.

Необходимо прочитать представленный кейс и ответить на следующие вопросы:

1. Какой вид/тип травмы представлен?
2. Какова стратегия психолога?
3. Насколько можно эффективна работа психолога?

### Пример работы с психологической травмой (с комментариями психолога)

Моя новая посетительница выглядит статной и ухоженной женщиной лет сорока: опрятная одежда, приятные черты лица. А взгляд бегающий, стреляет на полки с игрушками, нигде не останавливается подолгу. И во всем теле я чувствую напряжение и скованность. Плечи чуть подняты, спина сутулится, руки то суетливо поправляют одежду, то вертят кольца на длинных пальцах. За окном слышится какой-то резкий звук, похожий на лопнувший воздушный шарик – клиентка вздрагивает всем телом и цепенеет, бледнея и, кажется, приготовившись упасть в обморок.

– Что с вами случилось?

Спрашиваю и сама удивляюсь формулировке. Обычно я начинаю с представления, даю себе время узнать семейную историю, нахожу закономерности, но сейчас почему-то не сомневаюсь – случилось.

– Мы были в лесу с мужем. Знаете леса за городом у нас? Там красивые места, но дикие. Он отошел в кусты по маленькой нужде, ну, вы понимаете. А потом он выскочил. За руку сначала кунул, потом по спине. Муж, конечно, его оттаскивал. Но не мог. Слюни эти. Запах из пасти, – клиентку передергивает. – Я совсем нервная стала. Лечилась, шрамы убрали. Одна оставаться боюсь. Вы поможете?

Что-то она все в одну кучу намешала. Перескакивает с мысли на мысль. Но главное я поняла: на пикнике на нее зверь напал, все живы, но появился страх находится в одиночестве.

– Расскажите мне еще раз все, что с вами случилось, очень подробно и не упуская ни одной детали.

Рассказывает, затопливая меня подробностями подготовки к этому событию, длинными ответвлениями о характере мужа и периоде ухода. Наконец-то она переходит к описанию непосредственно нападения.

– Середина весны, лес прозрачный такой, почки только набухли. Птицы звенели... А потом Стас ушел подальше, ну, чтобы я не видела. Я сидела с яблоком в руках. Внезапно так тихо стало. Будто замерло все... Волк выскочил откуда-то справа, огромный, серый. Я упала на спину, пыталась закрыть лицо рукой. Он вцепился зубами вот здесь, в предплечье. Я его ноздри видела близко-близко. И клыки желтые, с мой палец размером. Кричала, мужа звала. Потом мы как-то боролись, у меня вся спина была его когтями исполосована, но я это уже не помню. Помню только, что лежу на боку, вижу росточек клена. Тонкий, маленький, сантиметров двадцать от земли. И на него слюна капает, вокруг пятна крови.

В себя пришла уже в больнице. Муж-то мой сообразил как-то, вспомнил из школьного курса самообороны, палкой по носу его ударил. Волк выплюнул меня, убежал. Вызвали скорую, и вот. Тело зашили, а душу... Картинки возвращаются каждую ночь. Яблоки вот видеть не могу. И одной оставаться невыносимо. Наняли сиделку, чтобы со мной была, когда Стас на работе. И в туалет меня сопровождает.

– Представьте себе, как выглядела эта поляна через минуту после вашего исчезновения?

– Тишина. Примятая, местами вырванная трава, взрытая земля комьями. Кровь. Много. Наши вещи разбросаны. Ветер гоняет салфетки.

– Теперь я прошу представить вас, как будет выглядеть эта поляна через два дня?

– Так же, почти. Только пятна крови станут незаметнее, впитаются. Знаю, что Стас возвращался, собирал наши вещи. Так что теперь здесь нет следов человека. Только изрытая земля и трава. Птицы уже снова щебечут.

– Как вы сейчас себя чувствуете?

– Волнуюсь. Тревожно.

– Попробуйте представить, что наступило лето. Как теперь выглядит поляна? Как выглядит тот росток?

– Все буйно растет. Травы по пояс. Росток клена распустил нежные клейкие листочки. Все залито солнцем. Насекомые жужжат. Есть ощущение покоя.

– Прошло еще немного времени, наступила осень. Что там сейчас происходит?

– Все такое унылое. Сырое, покинутое. Жухлая трава. Ритвины, следы нашей борьбы опять оголились... Росток клена сбросил листья. Ему холодно на пронизывающем ветру... Мне хочется плакать.

– Плачете.

Женщина плачет, иногда вытирая глаза кружевным платочком.

– Наступила зима. Что сейчас?

Клиентка глубоко вздыхает, прикрывает глаза.

– Все под снегом. Тишина. Спокойная тишина, хорошая. Снег укрыл молодой росток, защищает его от мороза.

Молчит.

– Нет следов зверя. Волк больше не возвращался сюда. Никогда.

– Да... Прошел год. Снова тот же день, середина весны. Как выглядит ваша поляна теперь?

– Так же, как было до нашего визита. Ранняя трава уже создает подстилку, а почки только набухают. Одурающе пахнет весной. И клен подрос.

Я улыбаюсь.

– Прошло десять лет. Что сейчас?

– Сейчас... Я представляю, как мы с мужем там оказались. Поляна стала меньше – граница леса приблизилась, и по ней то тут, то там молодые деревья. Мой клен совсем высокий, выше



меня. В нем много силы и жизни. Ой, рядом яблоня! Молоденькая, тоненькая. Это... из косточек ТОГО яблока. Надо же, проросла.

Клиентка открывает глаза, в них светится удивление и радость.

– Я не знаю, как вы это делаете. Я впервые думаю об этом месте без страха. Он будто отступил, ушел на дальний план. Я помню, что было больно и страшно. Но как бы... смазанно, что ли. Спасибо. Я приду к вам еще раз, можно?

Что мне ей ответить? Правду.

– К сожалению, завтра я отправляюсь в путешествие. Но самое главное мы сделали, остальное вылечит время. Могу посоветовать мысленно покормить и перекармливать того волка. Это тоже помогает.

– Как жаль, что вы уезжаете. Я бы отправила к вам подругу. У нее такая история...

– Мне тоже жаль. Но с этим ничего не поделаешь. Удачи вам.

– До свидания.

Женщина уходит.

### **Вопросы к зачету по дисциплине «Психологическое консультирование в работе с травмами»**

1. Психологическая травма: определение понятия.
2. Критерии психологической травмы.
3. Виды травм.
4. Влияние травмы на картину мира личности.
5. Четыре типа травм.
6. Техника безопасности при работе с психологическими травмами
7. Методы и техники психологического консультирования в работе с травмами
8. 10 этапов в работе с травмой.
9. Приемы обнаружения травмы.
10. Методика «Помощь Внутреннему ребенку» (травмированной части).
11. Методики создания и возвращения ресурсов.
12. Приемы создания включенного рассказа. Работа с чувствами.
13. Проработка «замирания» на бессознательном уровне.
14. Работа с картиной мира и образом себя.
15. Определение смысла травмы для личности.

### **8. Система оценивания планируемых результатов обучения**

<b>Форма контроля</b>	<b>За одну работу</b>		<b>Всего</b>
	<b>Миним. баллов</b>	<b>Макс. баллов</b>	
Текущий контроль:			
- присутствие на семинарских занятиях	10	15	25
- активность	5	15	20
- выполнение самостоятельной работы	27	55	82
Промежуточная аттестация (зачет)	10	15	25
<b>Итого за семестр</b>	<b>52</b>	<b>100</b>	

### **9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

1. Мищенко Л.В. Психическая травма: практическое пособие. М.: Юрайт. 2020. 156 с.
2. Фесенко Ю.А. Детская и подростковая психотерапия: неврозы у детей: учебное пособие. М.: Юрайт, 2020. 330 с.
3. Мищенко Л.В. Психическая травма. Социально-психологическое сопровождение и предотвращение рецидивов: учебное пособие для вузов. М.: Юрайт, 2020. 225 с.
4. Случай работы с психической травмой [Электронный ресурс]: [https://psyjournals.ru/mpj/2010/n4/33642\\_full.shtml](https://psyjournals.ru/mpj/2010/n4/33642_full.shtml)

### **9.2 Дополнительная литература**

1. Пятницкая, Е. В. Психология травматического стресса : учеб. пособие / Е. В. Пятницкая. Балашов : Николаев, 2007. 140 с.

2. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации. М.: Изд-во Эксмо, 2005. 960 с
3. Левин П. А. Исцеление от травмы. Авторская программа, которая вернет здоровье вашему организму. СПб.: ИГ «Весь», 2011. 128 с.
4. Шапиро Ф. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движений глаз: Основные принципы, протоколы и процедуры/Пер. с англ. А.С. Ригина. М.: Независимая фирма «Класс», 1998. 496 с.
5. Терапия травмы. Пошаговый алгоритм. [Электронный ресурс]: <https://www.b17.ru/blog/51118/>

### **9.3 Периодические издания**

1. Журнал «Вопросы образования» // <https://vo.hse.ru/about>
2. Журнал «Наука и школа» // <http://nauka-i-shkola.ru/>
3. Психологическая наука и образование <http://psyjournals.ru/psyedu/index.shtml>
4. Консультативная психология и психотерапия <http://psyjournals.ru/mpj/index.shtml>

### **9.4 Программное обеспечение**

- Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License (бессрочная), (лицензия 49512935);
- Microsoft VisualFoxPro Professional 9/0 Win32 Single Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 49512935);
- Microsoft Sys Ctr Standard Sngl License/Software Assurance Pack Academic License 2 PROC (бессрочная), (лицензия 60465661)
- Microsoft Exchange Small Business CAL Russian Software Assurance Academic OPEN Level Device CAL Device CaL (бессрочная), (лицензия 60465661),
- Microsoft Win Home Basic 7 Russian Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
- Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная) (лицензия 61031351),
- Microsoft Windows Professional 8 Russian Upgrade Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
- Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Windows Server Datacenter 2003 R2 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Internet Security&Accel Server Standart Ed 2006 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Windows Server Standart 2008 R2 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),

### **9.5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий**

1. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru>)
2. <http://psyfactor.org> – психологические статьи, книги, курсы и семинары.
3. <http://www.psychologies.ru/> – психологический журнал, статьи.
4. <https://www.b17.ru/> – профессиональный сайт психологов, статьи, консультации.
5. <http://psychojournal.ru/> – научно-популярный психологический портал, на котором собраны статьи, книги, фильмы, презентации и даже рефераты по психологии.
6. <https://psy-practice.com/> – статьи по психологии и психотерапии.

### **10 Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов**

Учебные и учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

Для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

Для слепых и слабовидящих:

- для глухих и слабослышащих:
- автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;
- акустический усилитель и колонки;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;
- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

### **11 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Материально-техническое обеспечение дисциплины: учебная аудитория для проведения занятий лекционно-практического типа укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: доска меловая – 1, экран – 1, мультимедиапроектор -1 Персональный компьютер – 1; Колонки – 2; программа для создания и демонстрации презентаций MicrosoftPowerPoint. Помещение для самостоятельной работы: аудитория укомплектована специализированной мебелью, оснащена компьютерной техникой: компьютерами с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

#### ***К рабочей программе прилагаются:***

**Приложение 1** – Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине (модулю);

**Приложение 2** – Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).

**Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине**

**Кейс-метод**

**Кейс-ситуация** – проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.

Цель: выработка навыков анализа ситуации, проблемы, развития аналитического мышления, коммуникативных навыков студентов.

Задание: прочтите представленную ситуацию и ответьте на вопросы:

1. Какой вид/тип травмы представлен?
2. Какова стратегия психолога?
3. Насколько можно эффективностью в работе психолога?

**Случай Кати: глазами психотерапевта**

Она пришла с улицы раскрасневшаяся, возбужденная. Совсем молоденькая девочка, ей можно было бы дать семнадцать лет. Ритуально представляюсь и жду, когда же она начнет.

– Имейте в виду, денег у меня только на одну встречу. Меня зовите Кати. Мне нравится это имя, так зовут мою любимую героиню Вайнеса. Вы читали Вайнеса? Он прекрасен, все так говорят. Ладно, это не важно. От меня ушел муж. Это катастрофа. Я не знаю, как жить дальше. Помогите мне.

Э-э-э... серьезно? «Вайнес прекрасен, от меня ушел муж, это катастрофа» почти без пауз? Что-то я ей не верю. Осталось понять, в чем именно, – это она по жизни не в контакте со своими чувствами, или так работает психологическая защита? То есть кого она обманывает, себя или меня?

– Расскажите мне об этом больше.

– Да что рассказывать-то. Мы прожили вместе пять лет. Я все делала, все! Вела хозяйство, еду готовила, гостей принимала, за собой следила, в кровати не отказывала в экспериментах. А он встретил какую-то старуху неухаживаемую и теперь с ней живет. Приворожила она его, что ли? Но я проверяла, он чист на приворот. Я его видеть больше не хочу!

Чтобы определиться со степенью адекватности клиентки, я уточняю:

– А сколько лет старухе?

– Около сорока.

Ага. Обозвать старухой сорокалетнюю женщину может только кто-то очень юный. А если учесть, что замуж в этой стране начинают выходить в тридцать, то... моя посетительница девочка-подросток. Теперь вопрос: замужество выдуманно для привлечения внимания, или это реальная история первой любви?

– Как долго вы были женаты?

– Девятнадцать лет, пять месяцев и один день.

Сто-о-оп! Этого не может быть. Такая буквальная дата выглядит правдоподобно... но что тогда ложь? Впрочем, никто не отменял прямых неудобных вопросов.

– В чем вы меня обманываете?

Клиентка дергается, хватается сумочку, будто собирается вскочить и выбежать из кабинета. Для меня это знак, что я попала в цель.

– Если вы платите за то, чтобы обмануть меня, делайте это осознанно.

Девушка прямо смотрит мне в глаза. И говорит на тон ниже и медленнее.

– А чем была плоха история про бросившего мужа?

– Мне она показалась выдуманной. Я права?

Молчит. Вздыхает.

– И да, и нет... Он правда ушел. И я правда не знаю, как это пережить. Только не муж. Отец.

У меня в голове вспыхивает сигнал тревоги. Она тоскует из чувства брошенного ребенка или ревнует его как женщина? И если второе, это присоединение к обиде матери или личная влюбленность в отца?

– Расскажите мне то, что сможете.

Сжимает зубы так, что белеют скулы. Резко мотает головой.

– Не смогу, – наконец выдавливает она. – Может, поговорим о том, как Кати бросил муж и она учится жить без него? Мне кажется, это мне поможет.

Вообще-то, есть такой метод работы. Через метафору или сказку. Мне не хватает реальных

подробностей ее жизни, есть шанс крупно облажаться. Но попробовать стоит.

– Хорошо. Жила-была Маленькая Принцесса. Больше всего на свете она любила своих родителей. Но однажды что-то случилось, и ее мама стала недоступна, – я надеюсь, что слово «недоступна» отражает много вариантов развития событий и хотя бы частично отражает то, что случилось в ее жизни. У матери могла начаться депрессия, у нее мог родиться младший ребенок, и внимания стало не хватать, или она могла быть просто холодным и отстраненным человеком. Что-то же толкнуло мою клиентку на такую самозабвенную привязанность к отцу. – Отчаявшись получить любовь от мамы, Маленькая Принцесса отдала все свое сердце ее папе, Королю, ведь он был для нее самым прекрасным мужчиной на свете. И девочка мечтала, что, когда она вырастет, обязательно выйдет за него замуж. Шло время, Маленькая Принцесса забыла, с чего все началось, и всей душой верила, что Король – единственный мужчина в ее жизни, а она его единственная женщина.

Виджу огромные, полные слез глаза моей клиентки. Значит, я иду в нужную сторону.

– Но однажды все изменилось. Она узнала, что Король отдает свою любовь не только Маленькой Принцессе, но и еще какой-то старухе. Гнев и боль заполнили ее сердце. Одним вечером, когда Маленькая Принцесса прогуливалась в саду и думала черные мысли, ей повстречался Прекрасный Принц. Он был вежлив, обходителен и смотрел на нее такими же глазами, как отец смотрит на свою новую жену. «Милая девушка, – сказал Прекрасный Принц, – свободно ли ваше сердце?» Но что могла ответить Принцесса, если в ее сердце был только Король и черные чувства. Принц опечалился. «Тогда я приеду через год», – сказал он. «Возможно, тогда в вашем сердце освободится место для меня и моей любви». И уехал. А Маленькая Принцесса посмотрела ему в след... и обвела на календаре этот день. У нее еще есть время. Она успеет.

Жду реакции. Моя клиентка какое-то время еще трансует, переживая отголоски этой истории, затем возвращается ко мне.

– Все было не совсем так. Но в чем-то вы угадали. В моем сердце сейчас боль предательства, и я хочу, но не знаю, как от нее избавиться. Помогите мне, – шепчет Кати. В этот раз ее мольба искренна. Сейчас самое время для метафорических карт.

– Рассмотрите колоду. И выберите семь картинок, которые помогут вам хронологически рассказать вашу историю.

Кати откладывает в сторону изображение молнии, отрубленной топором кисти руки, цветущего луга, солнца, свернувшегося бледного эмбриона с пуповиной, уходящей за край карты, странного животного, похожего на змею и скорпиона одновременно. Затем выкладывает их по одной в ряд и комментирует каждую картинку.

– Все началось двадцать лет назад, когда мои родители решили завести ребенка, – первой на стол ложится картинка с цветущим лугом. – Все было хорошо. Потом я узнала, что мама отцу изменяет. Это змеевик кольчатый. Для меня он символизирует удар в спину, предательство. Отец относился к ее загулам философски, но я, со своим детским максимализмом, не могла этого понять. Ее любовники занимали все ее время. И вы были правы, когда сказали, что она стала недоступной. Ей просто было не до меня. Приходила пьяная, блевала на ковер... Фу, я даже говорить об этом не хочу.

Девушка морщится, заново переживая отвращение и стыд за свою мать. Затем к змее-скорпиону на стол ложится карта с солнцем.

– Для меня остался только один родитель. Мой свет, моя опора, мой папочка. Я его любила так сильно, как я вам передать не могу. Ни одной конфеты я не съела целиком, всегда оставляла для папы кусочек. Без него спать не ложилась, дожидалась с работы. Мне казалось, я умереть за него готова. Вот не вру! Мне даже стыдно было, что я девушка, потому что он мог подумать, что я так же буду с ним поступать, как мама! В общем... я его очень сильно любила. Он тоже меня любил... Но потом – карта с черной тучей и молнией – я узнала, что он собрался уходить... а я должна остаться с мамой или жить отдельно, ведь я уже взрослая... Да кузню вам в подпол, какая я взрослая! Я расвирепела. Кричала, бросалась вещами в него. Требовала взять меня с собой в новый дом. Грозилась с собой покончить! А он поцеловал меня в лоб и ушел. Навсегда.

Кати опять всхлипывает, но это злые слезы, след возмущения и обиды. Трясущейся рукой выкладывает следующую карту. Отрубленную руку.

– Я была разрушена. От меня оторвали часть. Кому конфеты оставлять? О ком заботиться? Об кого греться ночью? Я потеряла смысл, опору, друга. Первые дни он еще отвечал на камень, но я так молила его вернуться, что он перестал отзываться. И тогда мне стало вот так, – картинка со свернувшимся эмбрионом. – Мне хотелось лечь и умереть. Меня бросили. Я ему не нужна.

Пустота. Никаких желаний. Только одна мысль бьется – я хочу к папе. День и ночь. Хочу к папе. Хочу к папе. Хочу к папе.

Кати замолкает, тоскливо смотрит на разложенные карты. Их шесть.

– Это вся история? А что сейчас?

– Сейчас... – неспешно просматривает колоду, с сомнением вытаскивает изображение песочных часов. – Сейчас у меня есть понимание, что моя реакция была чрезмерной... и что, наверное, когда пройдет время, – кивает на часы, – я смогу снова быть счастлива, но без него, как отдельная личность.

– Как вы себя чувствуете сейчас?

– Мне плохо.

– Насколько процентов болит душа?

Клиентка поднимает брови на нестандартный вопрос, но послушно прислушивается к себе.

– На восемьдесят пять процентов. Я опять очень хочу к нему. Просто обнять. Просто сказать, что... люблю его. И не буду больше такой эгоисткой.

– Я хочу обратить ваше внимание, что эмбрион – это не только желание спрятаться от всего мира. Но и что-то новое, что только рождается. Теперь я прошу вас за каждой картой закрепить одну фразу, которая отражает ее смысл.

– Все было хорошо. Мама нас предала. Я люблю своего отца. Отец меня бросил. Я потеряла смысл в жизни. Хочу к папе. Мне нужно время, чтобы стать самостоятельной.

Бедная девочка. Да, у нее нарушены связи, патологическая привязанность к отцу. Да, она эгоистична и разрушительна. Но ей действительно непонятно, как жить дальше. Оба ее родителя отвернулись от нее чуть раньше, чем она была готова. В результате сепарация не прожита, любое расставание с возлюбленным будет заново поднимать волну горя, ложась поверх старых травм. Это все так. Но теперь мне нужно облегчить ее состояние здесь и сейчас. Поэтому работаю дальше.

– Соберите эти семь карт, перемешайте их и разложите заново в случайном порядке, называя вслух то, что карта обозначает.

Первая в этот раз рука.

– Я потеряла смысл в жизни. Мама нас предала. Все было хорошо. Мне нужно время, чтобы стать самостоятельной. Отец меня бросил. Я хочу к папе. Я люблю своего отца.

Грустно улыбается, поднимает на меня глаза.

– Ерунда получилась. Но от нее очень грустно.

– На сколько процентов душа болит сейчас?

– На семьдесят, примерно. Это боль... и печаль. Печали даже больше.

– Перемешайте и разложите карты еще раз.

– Я люблю своего отца. Все было хорошо. Мама нас предала. Отец меня бросил. Мне нужно время, чтобы стать самостоятельной. Я хочу к папе. Я потеряла смысл в жизни.

– Как сейчас?

– Меньше. Намного. Сорок процентов или даже меньше. Я не понимаю, как это работает!

Я не объясняю клиентке, почему, если разбить большое событие на части и многократно устроить из них калейдоскоп, то разобьются некоторые якоря и будет становиться легче. Просто заставляю ее повторять процедуру еще пять раз. Пока она не говорит мне, что боли почти нет. Теперь самая рискованная часть упражнения. Я никогда не знаю, получится ли оно.

– Хорошо. Вновь соберите все карты, рисунки вы видеть не должны. Отберите из них три, в которых будет для вас весь смысл этой истории. То, что вы должны из нее вынести как урок.

Клиентка наугад выбирает три карты. Я волнуюсь. Если все три будут про брошенность, мне придется ей сказать, что без длительной терапии не обойтись, и я готова делать для нее скидку.

Первая карта. Отрезанная рука и ее кодовая фраза...

– Я потеряла смысл в жизни.

– В чем урок для вас?

– Что нужно искать свои собственные цели, а не жить жизнью своего родителя.

Вторая карта. Песочные часы. Я тихонько выдыхаю.

– Мне нужно время, чтобы стать самостоятельной.

– В чем смысл?

– Если бы папа не ушел, я бы не устроилась на работу. Я бы по-прежнему ждала его и не доедала конфеты. Теперь у меня есть время и возможность взрослеть. Вообще-то, так заведено у людей. Взрослеть, – вздыхает, улыбается. – Как же трудно это делать!

Третья карта. Солнце. Улыбаюсь в ответ.

– Я люблю своего отца. Что бы между нами не произошло, я его люблю... И он... тоже меня любит. Если люблю, то должна позволить ему быть счастливым, да? Наверное, да.

Она выглядит задумчивой и спокойной. А я должна провести последний этап, и он тоже связан с риском. Последнюю карту предстоит тащить из всей колоды, наугад. И у меня нет никаких объяснений, почему мистическим образом чаще всего попадает именно то, что надо. Точно в цель. Но ведь всегда есть риск, что новый символ перечеркнет прогресс предыдущего часа. Поэтому волнуюсь.

– И последнее. Вытяните карту, которая поможет вам справиться с этой ситуацией, станет для вас ресурсом.

Клиентка послушно вытягивает из середины колоды высокого мужчину, который стоит в пол-оборота и смотрит вдаль. Получилось.

– Про что для вас эта карта?

– С одной стороны, это тот самый прекрасный принц, о котором вы говорили. Когда у меня появится возлюбленный, мне будет о ком думать вечерами, это определенно уменьшит мою тоску. С другой стороны... этот человек смотрит вперед, за горизонт. Мне кажется, эта мысль важнее, чем реальный мужчина. Похоже, мне нужно смотреть вперед, а не пытаться вернуть прошлое.

Киваю, соглашаясь с ее интерпретацией.

– Спасибо вам за встречу. Наверное, я навещу завтра отца в его новом доме. И прихвачу рассадку для его жены. До свидания.



**Методические указания для обучающихся**

Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к устному опросу на семинарских занятиях, к зачету. Она включает проработку практического материала – изучение рекомендованных источников и литературы по тематике занятия. Конспект должен содержать реферативную запись основных вопросов занятия, предложенных преподавателем схем, основных источников и литературы по темам, выводы по каждому вопросу. Конспект должен быть выполнен в отдельной тетради по предмету. Он должен быть аккуратным, хорошо читаемым, не содержать не относящуюся к теме информацию или рисунки.

Конспекты научной литературы при самостоятельной подготовке к занятиям должны быть выполнены также аккуратно, содержать ответы на каждый поставленный в теме вопрос, иметь ссылку на источник информации с обязательным указанием автора, названия и года издания используемой научной литературы. Конспект может быть опорным (содержать лишь основные ключевые позиции), но при этом позволяющим дать полный ответ по вопросу, может быть подробным. Объем конспекта определяется самим студентом. В процессе работы с учебной и научной литературой студент может:

- делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике);
- составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора);
- готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы);
- создавать конспекты (развернутые тезисы, которые).

Необходимо отметить, что работа с литературой не только полезна как средство более глубокого изучения любой дисциплины, но и является неотъемлемой частью профессиональной деятельности будущего выпускника.

Методические указания по организации внеаудиторной самостоятельной работы на занятии способствуют организации последовательного изучения материала, вынесенного на самостоятельное освоение в соответствии с учебным планом, программой учебной дисциплины/профессионального модуля и имеет такую структуру как:

- тема;
- вопросы и содержание материала для самостоятельного изучения;
- форма выполнения задания;
- алгоритм выполнения и оформления самостоятельной работы;
- критерии оценки самостоятельной работы;
- рекомендуемые источники информации (литература основная, дополнительная, нормативная, ресурсы Интернет и др.).

В качестве форм самостоятельной работы при изучении дисциплины предлагаются:

- работа с научной и учебной литературой;
- подготовка доклада к практическому занятию;
- более глубокое изучение с вопросами, изучаемыми на практических занятиях;
- подготовка к зачету.

Задачи самостоятельной работы:

- обретение навыков самостоятельной научно-исследовательской работы на основании анализа текстов литературных источников и применения различных методов исследования;
- выработка умения самостоятельно и критически подходить к изучаемому материалу.

Технология самостоятельной работы должна обеспечивать овладение знаниями, закрепление и систематизацию знаний, формирование умений и навыков. Апробированная технология характеризуется алгоритмом, который включает следующие логически связанные действия студента: чтение текста (учебника, пособия, конспекта лекций); конспектирование текста.

### ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочей программе (модуле) дисциплины «Психологическое консультирование в работе с травмами»  
по направлению подготовки 44.04.02. «Психолого-педагогическое образование» «Практическая психология личности»  
на 2020/2021 учебный год

1. В \_\_\_\_\_ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

1.1. ....;

1.2. ....;

...

1.9. .... .

2. В \_\_\_\_\_ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

2.1. ....;

2.2. ....;

...

2.9. .... .

3. В \_\_\_\_\_ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

3.1. ....;

3.2. ....;

...

3.9. .... .

Составитель

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

подпись

расшифровка подписи

дата \_\_\_\_\_

Зав. кафедрой психологии

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_

подпись

расшифровка подписи