

Общество с ограниченной ответственностью
«Национальный центральный институт развития дополнительного образования»

117556, г. Москва, ул. Фруктовая, дом 7, корпус 1, офис 3, комната 12
Телефон +7(499) 110-88-46; e-mail: info@ncrdo.ru, веб-сайт: www.ncrdo.ru

«УТВЕРЖДАЮ»

Приказ № 112 от «21» августа 2025г

Генеральный директор ООО «НЦРДО»



ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

ПОВЫШЕНИЯ КВАЛИФИКАЦИИ

«Ароматерапия в практике психолога»

Общая трудоемкость
108 академических часов

Форма обучения
Заочная

Москва, 2025

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

1.1. Нормативно-правовые основания разработки программы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации».

2. Приказ Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 24 марта 2025 г. №266 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам».

3. Профессиональный стандарт «Психолог-консультант» (утвержден приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 14.09.2022 № 537н).

1.2. Цель реализации программы и планируемые результаты обучения

Цель: совершенствование профессиональных компетенций, необходимых для осуществления деятельности по оказанию психологической помощи отдельным лицам в рамках имеющейся квалификации.

Обучающийся совершенствует следующие профессиональные компетенции в соответствии с ФГОС ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология (бакалавриат):

Код	Наименование компетенции
ОПК-4	Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования

По итогам освоения программы обучающийся должен

знать:

- основы ароматерапии;
- особенности применения ароматерапии при стрессе и депрессии, для лечения психических нарушений, для семьи, для беременных и пожилых;
- особенности воздействия ароматерапии на эмоции;

уметь:

- характеризовать основы ароматерапии и особенности ее применения при стрессе и депрессии, для лечения психических нарушений, для семьи, для беременных и пожилых;
- учитывать особенности воздействия ароматерапии на эмоции.

Планируемые результаты обучения по программе соответствуют выполняемым трудовым действиям, входящим в профессиональный стандарт «Психолог-консультант»:

Обобщенные трудовые функции	Трудовые функции, реализуемые после обучения	Код	Трудовые действия
Оказание консультационной психологической помощи населению и трудовым коллективам	Подготовка к проведению мероприятий психологического консультирования населения и	A/02.6	Выбор эффективных методов психологического консультирования для решения заявленных проблем граждан, обратившихся за

	трудовых коллективов		консультационной психологической помощью
--	----------------------	--	--

1.3. Категория обучающихся

К освоению программы допускаются лица, имеющие/получающие образование из перечня профессий СПО/специальностей СПО и перечня направлений/специальностей ВО.

1.4. Форма обучения: заочная.

1.5. Срок освоения программы

Срок освоения программы составляет 108 часов.

2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

2.1. Учебный план

№п п	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, в акад. часах	Работа обучающегося в СДО			Формы промежуточной и итоговой аттестации (ДЗ, З)
			Лекции	Тестирование	Практические занятия	
Модуль 1. Основы ароматерапии и работа с психоэмоциональными состояниями						
1	Основы ароматерапии	56	38	2	16	3
1.1.	<i>Эфирные масла и принцип их действия на организм человека</i>					
1.2.	<i>Физические свойства и химический состав эфирных масел</i>					
1.3.	<i>Биоэнергетика эфирных масел</i>					
1.4.	<i>Методы получения эфирных масел</i>					
1.5.	<i>Противопоказания при использовании масел</i>					
1.6.	<i>Безопасность и способы применения эфирных масел</i>					
1.7.	<i>Методы ароматерапии</i>					
1.8.	<i>Виды эфирных масел</i>					
2	Ароматерапия при стрессе и депрессии	5	4	1		

3	Ароматерапия для лечения психических нарушений	5	4	1			
Модуль 2. Ароматерапия в повседневной жизни и семейном контексте							
4	Ароматерапия для семьи	24	8	1	15	3	
4.1.	<i>Ароматерапия как искусство обольщения</i>						
4.2.	<i>Ароматерапия в решении сексуальных проблем</i>						
4.3.	<i>Ароматерапия для детей</i>						
5	Ароматерапия для беременных и пожилых	5	4	1			
6	Ароматерапия и эмоции	5	4	1			
Итоговая аттестация		8				Итоговое тестирование	
ИТОГО		108					

2.2. Календарный учебный график

№ п/п	Наименование разделов, дисциплин (модулей)	Общая трудоемкость, в акад. час.	Учебные недели
1	Модуль 1. Основы ароматерапии и работа с психоэмоциональными состояниями	66	1-6
2	Модуль 2. Ароматерапия в повседневной жизни и семейном контексте	34	6-9
	Итоговая аттестация	8	9

2.3. Рабочие программы разделов, дисциплин (модулей)

Наименование разделов, дисциплин (модулей) и тем	Вид учебного занятия / количество часов	Содержание
Модуль 1. Основы ароматерапии и работа с психоэмоциональными состояниями		
Тема 1. Основы ароматерапии	Лекция/38 часов	Основы ароматерапии. Эфирные масла и принцип их действия на организм человека. Физические свойства и химический состав эфирных масел. Биоэнергетика эфирных масел. Методы получения эфирных масел. Противопоказания при использовании эфирных масел. Безопасность и способы применения

		эфирных масел. Методы ароматерапии. Виды эфирных масел
	Тестирование /2 часа	
Тема 2. Ароматерапия при стрессе и депрессии	Лекция/4 часа	Ароматерапия при стрессе и депрессии. Особенности применения
	Тестирование /1 час	
Тема 3. Ароматерапия для лечения психических нарушений	Лекция/4 часа	Ароматерапия для лечения психических нарушений. Особенности применения
	Тестирование /1 час	
	Практическое занятие /16 часов	Выполните задание: Составьте таблицу «Ароматерапия в профилактике и лечении психических нарушений», в которой отразите психические расстройства и методики ароматерапии (эфирные масла), способствующие улучшению состояния пациента.
Модуль 2. Ароматерапия в повседневной жизни и семейном контексте		
Тема 4. Ароматерапия для семьи	Лекция/8 часов	Ароматерапия для семьи. Ароматерапия как искусство обольщения. Ароматерапия в решении сексуальных проблем. Ароматерапия для детей
	Тестирование /1 час	
Тема 5. Ароматерапия для беременных и пожилых	Лекция/4 часа	Ароматерапия для беременных и пожилых. Особенности применения
	Тестирование /1 час	
Тема 6. Ароматерапия и эмоции	Лекция/4 часа	Ароматерапия и эмоции. Особенности применения
	Тестирование /1 час	
	Практическое занятие /15 часов	Выполните задание: Составьте книгу рецептов из эфирных масел для улучшения самочувствия при различных эмоциональных состояниях.
Итоговая аттестация	Итоговое тестирование /8 часов	

3. ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ

3.1. Формы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

В процессе обучения используется тестирование как форма текущего контроля успеваемости.

Формой промежуточной аттестации по разделам, дисциплинам (модулям) программы является зачет и (или) дифференцированный зачет.

Промежуточная аттестация включает в себя прохождение тестирования и выполнение практического задания. Время, отведенное на прохождение промежуточной аттестации, входит в общую трудоемкость освоения разделов, дисциплин (модулей) и проводится в форме, указанной в учебном плане.

3.2. Формы итоговой аттестации

Итоговая аттестация по программе повышения квалификации предназначена для комплексной оценки уровня знаний обучающегося с учетом целей обучения для

установления соответствия уровня знаний обучающегося квалификационным требованиям; для рассмотрения вопросов о предоставлении обучающемуся по результатам обучения права выдачи удостоверения о повышении квалификации.

Итоговая аттестация проводится в форме итогового тестирования по программе обучения, включающего вопросы всех разделов, дисциплин (модулей).

3.3. Критерии оценки результатов освоения образовательных программ

Результаты промежуточной аттестации за освоение обучающимся разделов, дисциплин (модулей) программы оцениваются по стобалльной шкале в следующем соотношении:

- по результатам тестирования на освоение раздела, дисциплины (модуля) – от 50 до 70 баллов;
- практическое задание по итогам освоения раздела, дисциплины (модуля) – максимальное количество суммарно за все практические задания в разделе, дисциплине (модуле) – 30 баллов.

Количество баллов по стобалльной системе	Результат аттестации в форме «зачет»
81-100	«зачтено»
61-80	«зачтено»
51-60	«зачтено»
50 и менее	«не зачтено»

По результатам итоговой аттестации выставляются отметки в соответствии со следующими критериями оценивания:

Количество баллов по стобалльной системе	Отметка по четырехбалльной системе
91-100	«отлично»
81-90	«хорошо»
70-80	«удовлетворительно»
менее 70	«неудовлетворительно»

Оценка результатов освоения образовательных программ осуществляется Итоговой аттестационной комиссией в соответствии со следующими критериями:

- отметка «отлично» выставляется обучающемуся, показавшему полное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), всестороннее и глубокое изучение литературы;
- отметка «хорошо» выставляется обучающемуся, показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему несущественные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий;
- отметка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, показавшему частичное освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, сформированность не в полной мере новых компетенций и профессиональных умений для осуществления профессиональной деятельности;
- отметка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, не

показавшему освоение планируемых результатов (знаний, умений, навыков, компетенций), предусмотренных программой, допустившему серьезные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий.

4. ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ

4.1. Материально-технические условия реализации программы

Образовательная организация располагает материально-технической базой, обеспечивающей реализацию образовательной программы и соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

4.2. Требования к материально-техническим условиям со стороны обучающегося (потребителя образовательной услуги)

Рекомендуемая конфигурация компьютера:

- Разрешение экрана от 1280x1024
- Pentium 4 или более новый процессор с поддержкой SSE2
- 512 Мб оперативной памяти
- 200 Мб свободного дискового пространства
- Современный веб-браузер актуальной версии (Firefox 22, Google Chrome 27, Opera 15, Safari 5, Internet Explorer 8 или более новый).

4.3. Учебно-методическое и информационное обеспечение программы

Образовательная организация обеспечена электронными учебниками, учебно-методической литературой и материалами по всем разделам, дисциплинам (модулям) программы. Образовательная организация также имеет доступ к электронным образовательным ресурсам (ЭОР). Образовательная организация имеет удаленный доступ ЭБС «Университетская библиотека онлайн» (<http://www.biblioclub.ru/>).

При реализации программ с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в Образовательной организации созданы условия для функционирования электронной информационно-образовательной среды, включающей в себя:

- электронные информационные ресурсы
- электронные образовательные ресурсы
- совокупность информационных технологий, телекоммуникационных технологий, соответствующих технологических средств.

Данная среда способствует освоению обучающимися программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся.

Электронная информационно-образовательная среда Образовательной организации обеспечивает возможность осуществлять следующие виды деятельности:

1. Планирование образовательного процесса.
2. Размещение и сохранение материалов образовательного процесса.

3. Фиксацию хода образовательного процесса и результатов освоения программы.
4. Контролируемый доступ участников образовательного процесса к информационным образовательным ресурсам в сети Интернет.
5. Проведение мониторинга успеваемости обучающихся.

Список информационных источников и литературы

1. Багадирова, С. К. Материалы к курсу «Психология личности»: учебное пособие: в 2 частях : [16+] / С. К. Багадирова, А. А. Юрина. – Москва : Директ-Медиа, 2014. – Часть 1. Раздел «Теории личности». – 164 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232087> (дата обращения: 20.08.2025). – ISBN 978-5-4458-6747-0. – DOI 10.23681/232087. – Текст: электронный.
2. Багадирова, С. К. Материалы к курсу «Психология личности»: учебное пособие: в 2 частях: [16+] / С. К. Багадирова, А. А. Юрина. – Москва: Директ-Медиа, 2014. – Часть 2. Раздел «Теории личности». – 172 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=232088> (дата обращения: 20.08.2025). – ISBN 978-5-4458-6748-7. – DOI 10.23681/232088. – Текст: электронный.
3. Ежова, Н. Н. Рабочая книга практического психолога: практическое пособие / Н. Н. Ежова. – 10-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2013. – 316 с.: табл. – (Психологический практикум). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271552> (дата обращения: 20.08.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-222-20442-9. – Текст: электронный.
4. Ежова, Н. Н. Справочник практического психолога: практическое пособие / Н. Н. Ежова. – 2-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2011. – 381 с.: табл. – (Психологический практикум). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271553> (дата обращения: 20.08.2025). – ISBN 978-5-222-18029-7. – Текст: электронный.
5. Ишкова, М. А. Основы психологического консультирования: учебно-методическое пособие: [16+] / М. А. Ишкова. – 3-е изд., стер. – Москва: ФЛИНТА, 2020. – 115 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=461088> (дата обращения: 20.08.2025). – Библиогр.: с. 109-111. – ISBN 978-5-9765-2427-9. – Текст: электронный.
6. Немов, Р. С. Психология: учебник: в 3 книгах / Р. С. Немов. – 5-е изд. – Москва: Владос, 2013. – Книга 1. Общие основы психологии. – 688 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=234867> (дата обращения: 20.08.2025). – ISBN 978-5-691-01743-8. – Текст: электронный.
7. Психодиагностика: курс лекций: учебное пособие: [16+] / сост. А. С. Лукьянов; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 325 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=563343> (дата обращения: 20.08.2025). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.
8. Психология здоровья: практикум / авт.-сост. Е. В. Титаренко; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2018. – 99 с. – Режим доступа: по подписке. – URL:

<https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494791> (дата обращения: 20.08.2025). – Текст: электронный.

9. Психология семьи: учебное пособие: [16+] / сост. М. В. Лукьянова, С. В. Офицерова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 138 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483757> (дата обращения: 20.08.2025). – Библиогр. в кн. – Текст: электронный.

10. Разумникова, О. М. Психология здоровья: учебное пособие: [16+] / О. М. Разумникова; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2017. – 92 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575002> (дата обращения: 20.08.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-7782-3446-8. – Текст: электронный.

11. Разумникова, О. М. Психофизиология: учебник: [16+] / О. М. Разумникова; Новосибирский государственный технический университет. – Новосибирск: Новосибирский государственный технический университет, 2016. – 307 с.: ил., табл. – (Учебники НГТУ). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=575273> (дата обращения: 20.08.2025). – Библиогр.: с. 195-214. – ISBN 978-5-7782-2911-2. – Текст: электронный.

12. Ташева, А. И. Консультативная психология: базовые методические проблемы: учебник / А. И. Ташева, Д. В. Воронцов, С. В. Гриднева; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2016. – 342 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493323> (дата обращения: 20.08.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9275-2306-1. – Текст: электронный.

13. Туманова, Е. Ю. Энциклопедия эфирных масел: [12+] / Е. Ю. Туманова. – Москва: РИПОЛ классик, 2014. – 256 с. – (Жизнь без химии). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362816> (дата обращения: 20.08.2025). – ISBN 978-5-386-07465-4. – Текст: электронный.

4.4. Кадровое обеспечение программы

Реализация программы повышения квалификации обеспечивается педагогическими работниками, требование к квалификации которых регулируется законодательством Российской Федерации в сфере образования и труда.

Актуализация дополнительной профессиональной программы

№ пп	Содержание изменений	Раздел, в который вносятся изменения и дополнения	Дата внесения изменений

Оценочные материалы

Оценочные материалы по программе повышения квалификации размещены на платформе СДО и включают следующие оценочные средства: задания в тестовой форме, практическая работа.

Примерный (демонстрационный) вариант оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой аттестации

1. Ароматерапевты считают, что при выборе аромата нужно обращать внимание на время года. Выберите, что может подойти для зимы?

Выберите один ответ:

1. Подойдут теплые, сухие запахи, такие как амбер, пачули, гардения, опиум, герань, мелисса, ветивер
2. Лучше выбрать горячие, невлажные ароматы, такие как эвкалипт, камфара, миндаль, роза, корица, герань
3. Лучше подойдут более прохладные, влажные и маслянистые ароматы, такие как нероли, рододендрон, розмарин, королева ночи, жасмин

2. Что такое ароматерапия?

Выберите один ответ:

1. Способ лечения болезней натуральными звуками
2. Способ лечения болезней натуральными эфирными маслами
3. Способ лечения болезней картинками

3. Верно ли утверждение? Выравнивая психоэмоциональное состояние, эфирные масла помогают справиться с раздражением, страхами и негативными эмоциями.

Выберите один ответ:

1. Верно
2. Неверно

4. Всегда ли человек может самостоятельно выйти из депрессивного состояния?

Выберите один ответ:

1. Всегда, может самостоятельно
2. Иногда может, а иногда требуется помощь специалиста
3. Всегда требуется помощь специалиста

5. Ароматерапия с помощью эфирных масел пробуждает и усиливает жизненную энергию и способность пациента к самокопанию. Верно ли это высказывание?

Выберите один ответ:

1. Верно
2. Не верно

6. Верно ли высказывание? Стать причиной появления той или иной психологической патологии может широкий спектр предрасполагающих факторов, начиная от черепно-мозговых травм и отягощённой наследственности и заканчивая пристрастием к вредным привычкам и отравлением токсинами.

Выберите один ответ:

1. Верно
2. Не верно

7. В каких железах содержатся такие вещества, как андростенон и андростенол?

Выберите один ответ:

1. Экринных
2. Апокринных

8. В каких случаях полезны лук, туя, сосна?

Выберите один ответ:

1. Простатит
2. Импотенция
3. Преждевременная эякуляция

9. Выберите масла, применения которых при беременности следует избегать:

Выберите один или несколько ответов:

1. Ангелика
2. Эвкалипт
3. Ромашка
4. Анисовое семя
5. Лаванда
6. Базилик
7. Гвоздика

10. Доказано, что ингаляционные (т.е. через дыхательные пути, в том числе через нос) аромавоздействия не могут восстановить формирование новых нейронов во взрослом мозге, т.е. возродить количество нервных клеток. Верно ли это утверждение?

Выберите один ответ:

1. Да
2. Нет

Примеры заданий для практической работы

1. Выполните задание:

Составьте таблицу «Ароматерапия в профилактике и лечении психических нарушений», в которой отразите психические расстройства и методики ароматерапии (эфирные масла), способствующие улучшению состояния пациента.

2. Выполните задание:

Составьте книгу рецептов из эфирных масел для улучшения самочувствия при различных эмоциональных состояниях.