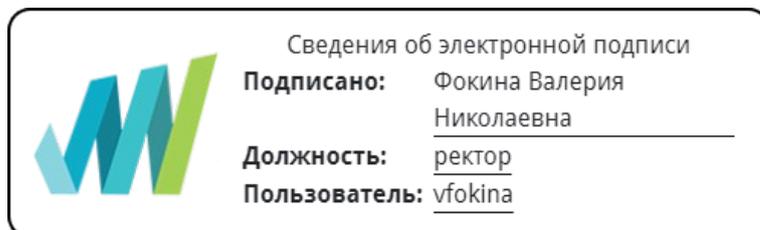


**Автономная некоммерческая организация высшего образования  
«Открытый университет экономики, управления и права»  
(АНО ВО ОУЭП)**

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Ректор АНО ВО ОУЭП, Фокина В.Н.



19 апреля 2023 г.

Решение Ученого совета АНО ВО ОУЭП,  
Протокол N 9 от 19.04.2023

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**по дисциплине**

Наименование дисциплины Б1.В.ДВ.03.01 «Психология личности в кризисных ситуациях»

Образовательная программа направления подготовки 37.03.01 «Психология»,  
направленность (профиль): «Практическая психология»

Квалификация - бакалавр

**Разработчик:** Давыдов Д.Г., к.псих.н.

Москва 2023

### 1. Цели и задачи дисциплины

**Цель дисциплины** - ознакомление студентов с основными отраслями научной психологии в области экстремальных ситуаций и состояний, видами и сферами работы психологов-практиков в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, формирование образа психолога-профессионала, работающего с кризисными состояниями (когнитивная и ценностно-смысловая составляющая), раскрытие основных проблем, связанных с оценкой, предвидением и оптимизацией психических состояний и поведения человека в трудной и экстремальной ситуации.

#### **Задачи дисциплины:**

- 1) формирование всестороннего и содержательного представления об основных явлениях и закономерностях, изучаемых в рамках психологии личности в кризисных ситуациях;
- 2) овладение концептуальным аппаратом исследований психологической травмы;
- 3) знакомство с основными подходами, методами и приемами помощи людям, пережившим психологическую травму как результат кризисной ситуации.

### 2 Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Психология личности в кризисных ситуациях» относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1.

### 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

В результате изучения дисциплины обучающийся должен освоить:

#### *профессиональные компетенции*

ПК-2. Способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности

#### *обобщенную трудовую функцию (ОТФ):*

- организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп
- трудовые действия:*
  - подготовка межведомственных команд по оказанию психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам)
  - оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию

#### **Результаты освоения дисциплины, установленные индикаторы достижения компетенций**

| <b>Наименование компетенции</b>  | <b>Индикаторы достижения компетенции</b>  | <b>Показатели (планируемые) результаты обучения</b>  |
|--|---|--|
| ПК-2. Способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности | ПК-2.1. Демонстрирует навыки разработки программ профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения | <b>Знать:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в областях работы в экстремальных и кризисных ситуациях;</li><li>• основные направления и перспективы развития междисциплинарных знаний в области методологии и методов психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях</li></ul>  |
|  |   | <b>Уметь:</b> <ul style="list-style-type: none"><li>• решать новые, нестандартные задачи, в том числе подбирать адекватные методы психологического сопровождения и психокоррекционной работы в соответствии с особенностями личности и социально-психологических характеристик групп, оказавшихся в кризисной/чрезвычайной ситуации;</li><li>• проектировать программы психологической помощи пострадавшим в</li></ul> |

|  |  |   |
|--|--|---|
|  |  | <p>кризисной/чрезвычайной ситуации с учетом их социально-психологических характеристик, а также преодоления социальных стереотипов и формирования толерантности для специалистов помогающих профессий</p> <p><b>Владеть:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• навыками оказания психологической поддержки, терапии и коррекции лицам с посттравматическим стрессовым расстройством, лицам, побывавшим в экстремальной или кризисной ситуации;</li> <li>• навыками взаимодействия со специалистами помогающих профессий, участвующими в оказании помощи пострадавшим в кризисных и чрезвычайных ситуациях</li> </ul> |
|--|--|---|

Знания, умения и навыки, приобретаемые обучающимися в результате изучения дисциплины «Психология личности в кризисных ситуациях», являются необходимыми для последующего поэтапного формирования компетенций и изучения дисциплин.

#### 4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды работы по дисциплине:

| № п/п    | Виды учебных занятий   | Всего часов по формам обучения, ак. ч |             |              |             |
|----------|--|---------------------------------------|-------------|--------------|-------------|
|          |  | Очная                                 |             | Очно-заочная |             |
|          |  | всего                                 | в том числе | всего        | в том числе |
| <b>1</b> | <b>Контактная работа (объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем) (всего)</b>   | <b>44,2</b>                           |             | <b>44,2</b>  |             |
| 1.1      | занятия лекционного типа (лекции)  | 10                                    |             | 10           |             |
| 1.2      | занятия семинарского типа (практические)*, в том числе:  | 32                                    |             | 32           |             |
| 1.2.1    | семинар-дискуссия, практические занятия  |                                       | 6<br>26     |              | 6<br>26     |
| 1.2.2    | занятия семинарского типа: лабораторные работы (лабораторные практикумы)   |                                       |             |              |             |
| 1.2.3    | курсовое проектирование (выполнение курсовой работы)   |                                       |             |              |             |
| 1.3      | контроль промежуточной аттестации и оценивание ее результатов, в том числе:  | 2,2                                   |             | 2,2          |             |
| 1.3.1    | консультация групповая по подготовке к промежуточной аттестации  |                                       | 2           |              | 2           |
| 1.3.2    | прохождение промежуточной аттестации   |                                       | 0,2         |              | 0,2         |
| <b>2</b> | <b>Самостоятельная работа (всего)</b>  | <b>48</b>                             |             | <b>48</b>    |             |
| 2.1      | работа в электронной информационно-образовательной среде с образовательными ресурсами учебной библиотеки, компьютерными средствами обучения для подготовки к текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации, к курсовому проектированию (выполнению курсовых работ) | 48                                    |             | 48           |             |
| 2.2      | самостоятельная работа при подготовке к промежуточной аттестации   | <b>15.8</b>                           |             | <b>15.8</b>  |             |
| <b>3</b> | <b>Общая трудоемкость</b> часы   | <b>108</b>                            |             | <b>108</b>   |             |
|          | <b>дисциплины</b> зачетные единицы   | <b>3</b>                              |             | <b>3</b>     |             |
|          | форма промежуточной аттестации   | экзамен                               |             |              |             |

\*

Семинар – семинар-дискуссия  
 ГТ - практическое занятие - глоссарный тренинг  
 ТТ - практическое занятие - тест-тренинг  
 ПЗТ - практическое занятие - позетовое тестирование  
 ЛС - практическое занятие - логическая схема  
 УД - семинар-обсуждение устного доклада  
 РФ – семинар-обсуждение реферата  
 Ассесмент реферата - семинар-ассесмент реферата  
 ВБ - вебинар  
 УЭ - семинар-обсуждение устного эссе  
 АЛТ - практическое занятие - алгоритмический

## 5. Содержание дисциплины

### 5.1 Содержание разделов и тем

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                              | Содержание раздела дисциплины   |
|-------|--|---|
| 1     | Психологическое содержание кризисных ситуаций                | <p><b>Общие сведения о жизненных ситуациях.</b><br/>         Соотношение понятий «среда» и «ситуация». Определение ситуации как отрезок жизненного пути, систему объективных и субъективных элементов (внешних и внутренних условий), которые возникают при взаимодействии личности и среды в определенный период времени. Подходы понимания соотношения объективного и субъективного в ситуации. Соотношение личности и ситуации: влияние ситуации на личность, создание личностью ситуации, восприятие одной и той же ситуации разными людьми и вариативность реагирования на нее. Признаки обыденной жизненной ситуации.</p> <p><b>Кризисные ситуации и их предпосылки возникновения.</b><br/>         Подходы понимания трудных и кризисных жизненных ситуаций. Объективные и субъективные характеристики трудных жизненных ситуаций. Поведение человека в трудных и кризисных жизненных ситуациях. Методы психологической защиты. Копинг-поведение. Адаптация личности к ситуации. Приспособление как стратегия адаптации. Понятия «кризис», «кризисная ситуация» и «кризисное состояние» в отечественной и зарубежной психологии. Клиническая и психологическая теории кризиса и кризисного состояния. Понимание кризиса как «опасности» и «возможности». Пусковые механизмы кризиса. Интегральная концепция кризиса (В.В. Лукин-Григорьев, 1999; В.В. Козлов, 2003). Шоковые психические травмы; психотравмирующие ситуации относительно кратковременного действия, но психологически очень значимые; хронически действующие психотравмирующие ситуации, затрагивающие основные ценностные ориентации ребенка; факторы эмоциональной депривации. Типы кризисных ситуаций в раннем, дошкольном возрасте и школьном возрасте. Характерологические и патохарактерологические реакции. Реакции, свойственные преимущественно детям. Реакции, свойственные преимущественно подросткам. Профилактика дезадаптаций у детей и подростков.</p> <p><b>Экстремальные и чрезвычайные ситуации.</b><br/>         Оптимальные и экстремальные условия обитания. Возникновение экстремальных условий в профессиональной деятельности и быту, в общении. Когнитивные, ролевые, экзистенциальные и другие типы конфликтов, определяющие экстремальность условий жизни и труда. Экстремальная или чрезвычайная ситуация, где источник угрозы обезличен (катастрофы, природные бедствия, войны, эпидемии и т.д.) и где источником угрозы выступает другое лицо (потерпевшие от насильственных преступлений, террористические акты и т.д.). Объективные и субъективные характеристики чрезвычайных ситуаций. Паника как экстремальное состояние.</p> |
| 2     | Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР | <p><b>Кризис и его психологическое содержание.</b><br/>         Рассмотрение кризисов в объективном контексте как части жизненного пути индивида. Понятие о «нормативном психологическом кризисе»: «кризис 6-7-летнего возраста», «кризис подросткового возраста», «кризис середины жизни» и др. Результат переживания возрастного кризиса является переходом на новую</p>  |

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела дисциплины  |
|-------|---------------------------------|--|
|       |                                 | <p>ступень развития организма и психики. Рассмотрение кризисов в субъективном контексте, так называемые «индивидуальные духовные кризисы», например, потеря смысла жизни. Рассмотрение кризисов в контексте субъект-объектного взаимодействия человека в жизненной ситуации, так называемые, «индивидуальные кризисы жизненного пути». Группы феноменов, называемых в психологии «переживание»: переживание как выражение субъективной окрашенности отражаемой реальности; переживание как набор эмоциональных реакций; переживание кризисной ситуации как внутренняя психическая деятельность, способствующая переработке содержания сознания в тяжелой жизненной ситуации. Динамика переживаний в период кризиса.</p> <p><b>Стресс и его психологическое содержание.</b></p> <p>Многозначность понятия стресса: стресс как событие, несущее дополнительную нагрузку; стресс как реакция; стресс как промежуточная переменная; стресс как транзактный процесс. Концепция адаптационного синдрома Г.Селье. Психофизиология стресса. Группы психотравмирующих событий в зависимости от источника и масштаба их воздействия: страх войны, экологических бедствий; переживания, связанные с поступлением в школу или другое учреждение, трудностями освоения профессии, с атмосферой отвержения или враждебности со стороны соучеников или сотрудников; переживания при неправильном воспитании; психическая травматизация, обусловленная пребыванием в условиях отрыва от близких и т.д. Кратковременно действующие стрессоры. Продолжительно действующие стрессоры. Стрессоры активной деятельности. Стрессоры оценок. Стрессоры рассогласования деятельности. Физические и природные стрессоры.</p> <p><b>Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) как следствие кризисной ситуации.</b></p> <p>Критерии диагностики ПТСР по Международной классификации болезней (МКБ 10). Критерии посттравматического стрессового расстройства по DSM-IV. Распространенность посттравматических расстройств среди населения. Психодинамическая модель посттравматического стресса. Когнитивные концепции психической травмы. Соотношение последствий посттравматического стресса и психосоциальных условий. Двухфакторная теория возникновения посттравматических стрессовых расстройств. Теория патологических ассоциативных эмоциональных сетей. Мультифакторная концепция посттравматических стрессовых расстройств. Боевая психическая травма. Факторы и механизмы развития боевой психической травмы. Реакции боевого стресса: острые стрессовые реакции, преневротические и невротические реакции, стойкие изменения личности и патохарактерологические реакции, реактивные психозы. Боевые стрессовые расстройства у раненых и контуженных. Отдаленные последствия боевой психической травмы. Суицидальное поведение как реакция боевого стресса. Аддиктивное поведение. Посттравматические расстройства у жертв преступлений и сексуального насилия. Посттравматические последствия террористической угрозы и ее последствия. Посттравматические стрессовые расстройства у спасателей. Особенности поведения лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Особенности эмоциональной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Особенности когнитивной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Основная цель и задачи психотерапии ПТСР. Особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе: групповая психотерапия, когнитивно-бихевиоральная (техника вскрывающих интервенций), техника переработки травмирующих переживаний движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), тренинг преодоления тревоги, гештальт-терапия, символ-драма, НЛП. Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий. Тренинг по психофизиологической и социальной реадaptации участников военных действий.</p> |

| № п/п | Наименование раздела дисциплины                   | Содержание раздела дисциплины   |
|-------|---|---|
| 3     | Психологическое сопровождение кризисных состояний | <p><b>Технологии психодиагностики психических и стрессовых состояний, возникающих вследствие кризисных ситуаций.</b></p> <p>Осознаваемые компоненты психических состояний. Самооценка психических состояний и настроения. Доминирующее и актуальное психическое состояние. Индекс качества жизни, методы определения уровня благополучия личности. Неосознаваемые компоненты психических состояний. Вегетативные проявления психических состояний. Экспрессивный компонент психических состояний. Проективные методы изучения психических состояний. Семантический дифференциал, как способ оценки психических состояний. Построение рельефа психического состояния. Временная перспектива и ее изменения в связи с переживанием травматического стресса. Методы исследования временной перспективы: Методика изучения временной перспективы Ф. Зимбардо, Методика «Линия жизни», Шкала ожидаемой продолжительности жизни DuRant, Шкала безнадежности Бека (BECK), Шкала оценки протяженности субъективной картины будущего Alvos. Семантический дифференциал, как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах. Исследования уровня нервно-психического напряжения. Психодиагностическая методика для определения невротических и неврозоподобных нарушений (ОНР). Исследования степени напряженности, нервно-психической устойчивости, методика «Прогноз». Особенности применения и диагностические возможности методик. Возрастные особенности диагностики психических состояний. Диагностика психических состояний дошкольников: родительская анкета для оценки травматических переживаний детей. Диагностика психических состояний младших школьников. Диагностика психических состояний подростков. Диагностика психических состояний взрослых. Диагностика стресса. Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору). Исследование депрессии, чувства одиночества. Особенности применения и диагностические возможности методик. Тревожность, фрустрация, агрессия. Методы исследования агрессивности. Методы исследования тревожности. Методы исследования фрустрации. Особенности применения и диагностические возможности методик. Эмоциональное выгорание. Понятие профессиональной деформации и личностного роста. Симптомы эмоционального выгорания. Методы измерения стресса и «синдрома выгорания» в профессиональной деятельности. Особенности применения и диагностические возможности методик. Ресурсы личности. Понятие ресурсов личности. Социальные, социально-психологические, индивидуальные ресурсы. Способы исследования ресурсов личности. Роль ресурсов личности в адаптации к кризисным ситуациям. Полуструктурированное интервью для выявления признаков посттравматического стресса у детей (ПИВППСД). Опросник выраженности психопатологической симптоматики. Опросник психического состояния для диагностики психических последствий несения службы сотрудниками ОВД в экстремальных условиях. Особенности применения и диагностические возможности методик. Изучение диссоциаций. Опросник травматических ситуаций. Опросник перитравматической диссоциации. Шкала диссоциации.</p> <p><b>Психологическая помощь при кризисных ситуациях.</b></p> <p>Процесс психологического консультирования: основные этапы (Кораблина Е.П. и др., 2001; Меновщиков В.Ю., 2000; Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г., 2003). Оценка результативности психологического консультирования, «три вопроса» для исследования изменений. Основные техники терапевтического вмешательства (Ягнюк К. В., 2000; Кораблина Е.П., 2001). Индивидуальный стиль психологического консультирования (Е. Nevis, 1990), блоки креативности консультанта (по Дж. Зинкер). Кризисная интервенция как метод психологической помощи в кризисной ситуации. Модель кризисной эрозии. Цели и задачи кризисной интервенции. Объектом работы при кризисной интервенции. Основные этапы кризисной интервенции. Формы психологической помощи, используемые при работе с кризисными состояниями. Экстренная психологическая помощь: главные принципы, отличия от обычной психологической помощи, цели и задачи. Стрессогенные</p> |

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела дисциплины  |
|-------|---------------------------------|--|
|       |                                 | <p>факторы, вызванные экстремальной ситуацией. Психические реакции при катастрофах. Стадии в динамике состояния людей после психотравмирующих ситуаций (Решетников В.В., 1989). Симптоматика экстремальной ситуации и основные способы экстренной психологической помощи. Дебрифинг как групповая форма кризисной интервенции и мера экстренной психологической помощи. Цель и задачи дебрифинга; особенности проведения. Основные фазы дебрифинга: вводная фаза, фаза описания фактов, фаза описания мыслей, фаза описания переживаний, фаза описания симптомов, фаза обучения, завершающая фаза. Особенности проведения дебрифинга на каждой фазе. Методы самопомощи в кризисных ситуациях: самонаблюдение, ведение дневника, автобиография, релаксация, работа со своими сновидениями, медитация. Факторы суицидальной опасности: социально-демографические, медицинские, биографические, а также внешние обстоятельства и внутренние установки. Основные аспекты суицидальной ситуации. Признаки суицидального поведения: ситуационные, поведенческие, когнитивные, эмоциональные индикаторы суицидального риска, коммуникативные сигналы суицидального риска. Оценка суицидального риска. Основные принципы работы по предотвращению суицида: установление контакта, получение информации, оценка суицидального потенциала, оценка и мобилизация ресурсов, выработка терапевтического плана. Психологические стратегии, направленные на снижение риска суицида. Личное отношение консультанта к проблеме умирания и суицида. Консультирование суицидальных клиентов. Консультирование уцелевших после самоубийства. Возможности групповой кризисной психотерапии и реориентационного тренинга. Понятие и виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее. Цикл насилия. Признаки насилия у детей и подростков. Последствия насилия; последствия насилия у детей. Методы психологической помощи пострадавшим от насилия. «Стадии исцеления от насилия» (по С. Брукер). Особенности консультирования жертв семейного и сексуального насилия. Тренинг по ритмо-двигательной терапии и тренинг позитивного восприятия себя и ассертивного поведения в психологическом сопровождении пострадавших от насилия в ситуации моббинга. Понимание жизни и смерти в экзистенциально-гуманистической парадигме. Влияние на личность опыта столкновения со смертью. Особенности психологического сопровождения (консультирования, психотерапии и тренингов) с детьми, пострадавшими от насилия: тренинг саморазвития и самоопределения; консультирование и виды потери.</p> <p><b>Психологическая помощь умирающим и их родственникам.</b></p> <p>Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Возможности тренинга по краткосрочной позитивной терапии в психологическом сопровождении переживающих утрату. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины. Основные положения и принципы паллиативного ухода. Терминальные состояния как предмет психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания). Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии. Параметры психического статуса больного для оценки возможностей психологического сопровождения (А.В. Гнездилов, 2007). Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову). Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Психотерапия терминальных больных. Психотерапия средой: психотерапевтическая этика хосписной службы, принципы взаимодействия и возможности невербальной терапии, терапия домашними животными. Звукотерапия (в том числе психотерапия посредством колокольного звона) и фитотерапия. Сказко-, театро- и куклотерапия: психотерапевтический театр</p> |

| № п/п | Наименование раздела дисциплины | Содержание раздела дисциплины  |
|-------|---------------------------------|--|
|       |                                 | Комтемук, Доктор-кукла (по А. Греф и Л. Соколовой). Духовный аспект работы с умирающими. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными. Психотерапевтические возможности прощения. Психологическая поддержка родственников терминальных больных до и после смерти больного. Проблема эмоционального сгорания и вторичной травматизации помогающих специалистов. Потребности психологов-консультантов, работающих с кризисными клиентами. Понятие вторичной травмы. Аспекты личности помогающего специалиста, на которые влияет травма. Признаки и оценка вторичной травматизации. Факторы преодоления вторичной травматизации терапевтов (по Ю. Даниелю). Основные направления в психологическом сопровождении и профилактики эмоционального выгорания специалистов. Профессиональные деформации специалистов, помогающих профессий: спасатели, психологи, врачи. |

## 5.2 Занятия лекционного и семинарского типа

### 5.2.1 Темы лекций

#### Раздел 1 «Психологическое содержание кризисных ситуаций»

1. Общие сведения о жизненных ситуациях
2. Кризисные ситуации и их предпосылки возникновения

#### Раздел 2 «Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР»

1. Кризис и его психологическое содержание.
2. Стресс и его психологическое содержание.

#### Раздел 3 «Психологическое сопровождение кризисных состояний»

1. Технологии психодиагностики психических и стрессовых состояний, возникающих вследствие кризисных ситуаций.
2. Психологическая помощь при кризисных ситуациях.

### 5.2.2 Вопросы для обсуждения на семинарах и практических занятиях

#### Раздел 1 «Психологическое содержание кризисных ситуаций»

1. Оптимальные и экстремальные условия обитания.
2. Возникновение экстремальных условий в профессиональной деятельности.
3. Возникновение экстремальных условий в быту.
4. Возникновение экстремальных условий в общении.
3. Когнитивные, ролевые, экзистенциальные и другие типы конфликтов, определяющие экстремальность условий жизни и труда.
4. Катастрофы.
5. Природные бедствия.
6. Войны.
7. Эпидемии.
8. Потерпевшие от насильственных преступлений.
9. Террористические акты.
10. Объективные и субъективные характеристики чрезвычайных ситуаций.
11. Паника как экстремальное состояние.

#### Раздел 2 «Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР»

1. Критерии диагностики ПТСР по Международной классификации болезней (МКБ 10). Критерии посттравматического стрессового расстройства по DSMIV.
2. Распространенность посттравматических расстройств среди населения.
3. Психодинамическая модель посттравматического стресса.
4. Когнитивные концепции психической травмы.
5. Соотношение последствий посттравматического стресса и психосоциальных условий.
6. Двухфакторная теория возникновения посттравматических стрессовых расстройств.
7. Теория патологических ассоциативных эмоциональных сетей.
8. Мультифакторная концепция посттравматических стрессовых расстройств.
9. Боевая психическая травма. Факторы и механизмы развития боевой психической травмы.
10. Суицидальное поведение как реакция боевого стресса.
11. Аддиктивное поведение.

12. Посттравматические расстройства у жертв преступлений и сексуального насилия.
13. Посттравматические последствия террористической угрозы и ее последствия.
14. Посттравматические стрессовые расстройства у спасателей.
15. Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий.

### **Раздел 3 «Психологическое сопровождение кризисных состояний»**

1. Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе.
2. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату.
3. Возможности тренинга по краткосрочной позитивной терапии в психологическом сопровождении переживающих утрату.
4. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины.
5. Терминальные состояния как предмет психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины.
6. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания).
7. Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии.
8. Параметры психического статуса больного для оценки возможностей психологического сопровождения (А.В. Гнездилов, 2007).
9. Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову).
10. Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Психотерапия терминальных больных.
12. Психотерапия средой: психотерапевтическая этика хосписной службы, принципы взаимодействия и возможности невербальной терапии, терапия домашними животными.
13. Звукотерапия (в том числе психотерапия посредством колокольного звона) и фитотерапия.
14. Сказко-, театро- и куклотерапия: психотерапевтический театр Комтемук, Доктор-кукла (по А. Греф и Л. Соколовой).
15. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными.

### **5.3 Определение соотношения объема занятий, проведенное путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися по очной и очно-заочной форме**

| Виды контактной работы                               | Образовательные технологии   |  | Контактная работа (всего ак.ч.) |
|--|--|--|---------------------------------|
|  | Объем занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися (ак.ч) | Объем занятий с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (ак.ч) |                                 |
| 1  | 2  | 3  | 4                               |
| Лекционного типа (лекции)                            | 10   | -  | 10                              |
| Семинарского типа (семинар дискуссия)                | 6  | -  | 6                               |
| Семинарского типа (практические занятия)             | -  | 26   | 26                              |
| Семинарского типа (курсовое проектирование (работа)) | -  | -  | -                               |
| Семинарского типа (лабораторные работы)              | -  | -  | -                               |
| Промежуточная  | 2,2  | -  | 2,2                             |

| Виды контактной работы | Образовательные технологии   |  | Контактная работа (всего ак.ч.) |
|------------------------|--|--|---------------------------------|
|                        | Объем занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися (ак.ч) | Объем занятий с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (ак.ч) |                                 |
| 1                      | 2  | 3  | 4                               |
| аттестация (экзамен)   |  |  |                                 |
| Итого                  | 18,2   | 26   | 44,2                            |

*Соотношение объема занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися по очной и очно-заочной форме – 41 %*

## **6. Методические указания по освоению дисциплины**

### **6.1 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

#### *Методические указания для преподавателя*

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, практических занятий, организации самостоятельной работы студентов, консультаций. Главное назначение лекции - обеспечить теоретическую основу обучения, развить интерес студентов к учебной деятельности и к изучению конкретной учебной дисциплины, сформировать у обучающихся ориентиры для самостоятельной работы над дисциплиной.

Основной целью практических занятий является обсуждение наиболее сложных теоретических вопросов дисциплины, их методологическая и методическая проработка. Они проводятся в форме опроса, диспута, тестирования, обсуждения докладов и пр.

Самостоятельная работа с научной и учебной литературой дополняется работой с тестирующими системами, тренинговыми программами, информационными базами, образовательным ресурсом электронной информационно-образовательной среды и сети Интернет.

### **6.2 Методические материалы обучающимся по дисциплине, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности**

Методические материалы доступны на сайте «Личная студия» в разделе «Методические указания и пособия».

1. Методические указания «Введение в технологию обучения».
2. Методические указания по проведению учебного занятия «Вебинар».
3. Методические указания по проведению занятия «Семинар-обсуждение устного эссе», «Семинар-обсуждение устного доклада».
4. Методические указания по проведению занятия «Семинар – семинар-асессмент реферата».
5. Методические указания по проведению занятия «Семинар – асессмент дневника по физкультуре и спорту».
6. Методические указания по проведению занятия «Семинар – обсуждение реферата».
7. Методические указания по проведению учебного занятия с компьютерным средством обучения «Практическое занятие - тест-тренинг».
8. Методические указания по проведению учебного занятия с компьютерным средством обучения «Практическое занятие - глоссарный тренинг».
9. Методические указания по проведению занятия «Практическое занятие - позетовое тестирование».
10. Положение о реализации электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.
11. Методические указания по проведению занятия «Практическое занятие - алгоритмический тренинг».

Указанные методические материалы для обучающихся доступны в Личной студии обучающегося, в разделе ресурсы.

### **6.3 Особенности реализации дисциплины в отношении лиц из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

Студенты с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных студентов, имеют свои специфические особенности восприятия и переработки учебного материала.

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи) или с помощью тифлоинформационных устройств.

Выбор средств и методов обучения осуществляется самим преподавателем. При этом в образовательном процессе рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов

обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений студентов с ограниченными возможностями здоровья с преподавателями и другими студентами, создания комфортного психологического климата в студенческой группе.

Разработка учебных материалов и организация учебного процесса проводится с учетом нормативных документов и локальных актов образовательной организации.

В соответствии с нормативными документами инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья по зрению имеют право присутствовать на занятиях вместе с ассистентом, оказывающим обучающемуся необходимую помощь; инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья по слуху имеют право на использование звукоусиливающей аппаратуры.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обеспечивается соблюдение следующих общих требований:

- проведение аттестации для инвалидов в одной аудитории совместно с обучающимися, не являющимися инвалидами, если это не создает трудностей для инвалидов и иных обучающихся при прохождении государственной итоговой аттестации;

- присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся инвалидам необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с экзаменатором);

- пользование необходимыми обучающимся инвалидам техническими средствами при прохождении аттестации с учетом их индивидуальных особенностей;

- обеспечение возможности беспрепятственного доступа обучающихся инвалидов в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

По письменному заявлению обучающегося инвалида продолжительность сдачи обучающимся инвалидом экзамена может быть увеличена по отношению к установленной продолжительности его сдачи:

- продолжительность сдачи экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

- продолжительность подготовки обучающегося к ответу на экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут.

В зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организация обеспечивает выполнение следующих требований при проведении аттестации:

а) для слепых:

- задания и иные материалы для сдачи экзамена оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением для слепых, либо зачитываются ассистентом;

- письменные задания выполняются обучающимися с использованием клавиатуры с азбукой Брайля, либо надиктовываются ассистенту;

б) для слабовидящих:

- задания и иные материалы для сдачи экзамена оформляются увеличенным шрифтом и/или использованием специализированным программным обеспечением Jaws;

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- при необходимости обучающимся предоставляется увеличивающее устройство, допускается использование увеличивающих устройств, имеющихся у обучающихся;

в) для глухих и слабослышащих, с тяжелыми нарушениями речи:

- имеется в наличии информационная система "Исток" для слабослышащих коллективного пользования;

- по их желанию испытания проводятся в электронной или письменной форме;

г) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- тестовые и тренировочные задания по текущей и промежуточной аттестации выполняются обучающимися на компьютере через сайт «Личная студия» с использованием электронного обучения, дистанционных технологий;

- для обучения лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата используется электронный образовательный ресурс, электронная информационно-образовательная среда;

- по их желанию испытания проводятся в устной форме.

О необходимости обеспечения специальных условий для проведения аттестации обучающийся должен сообщить письменно не позднее, чем за 10 дней до начала аттестации. К заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей (при отсутствии указанных документов в организации).

#### **6.4 Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов**

Цель самостоятельной работы - подготовка современного компетентного специалиста, формирование у него способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

Реализация поставленной цели предполагает решение следующих задач:

- качественное освоение теоретического материала по изучаемой дисциплине, углубление и расширение теоретических знаний с целью их применения на уровне межпредметных связей;

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических навыков;

- формирование умений по поиску и использованию нормативной, правовой, справочной и специальной литературы, а также других источников информации;
- развитие познавательных способностей и активности, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самообразованию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие научно-исследовательских навыков;
- формирование умения решать практические задачи профессиональной деятельности, используя приобретенные знания, способности и навыки.

Самостоятельная работа является неотъемлемой частью образовательного процесса.

Самостоятельная работа предполагает инициативу самого обучающегося в процессе сбора и усвоения информации, приобретения новых знаний, умений и навыков и его ответственность за планирование, реализацию и оценку результатов учебной деятельности. Процесс освоения знаний при самостоятельной работе не обособлен от других форм обучения.

Самостоятельная работа должна:

- быть выполнена индивидуально (или являться частью коллективной работы). В случае, когда самостоятельная работа подготовлена в порядке выполнения группового задания, в работе делается соответствующая оговорка;
- представлять собой законченную разработку (этап разработки), в которой анализируются актуальные проблемы по определенной теме и ее отдельных аспектов;
- отражать необходимую и достаточную компетентность автора;
- иметь учебную, научную и/или практическую направленность;
- быть оформлена структурно и в логической последовательности: титульный лист, оглавление, основная часть, заключение, выводы, список литературы, приложения,
- содержать краткие и четкие формулировки, убедительную аргументацию, доказательность и обоснованность выводов;
- соответствовать этическим нормам (правила цитирования и парафраз; ссылки на использованные библиографические источники; исключение плагиата, дублирования собственного текста и использования чужих работ).

#### **6.4.1 Формы самостоятельной работы обучающихся по разделам дисциплины**

##### **Раздел 1 «Психологическое содержание кризисных ситуаций»**

###### **Темы устного эссе**

1. Понятие ситуации в психологии. Эмпирическое исследование влияния ситуации на поведение человека. Взаимосвязь личности и ситуации.
2. Понятие экстремальной ситуации в психологии. Уровни экстремальности. Экстремальные ситуации антропогенного или социального характера.
3. Классификации экстремальных ситуаций в психологии (Ю.А. Александровский, Н.Н. Пуховский, Н.Г. Осухова, В.С. Чудновский и Н.Ф. Чистяков и др.).
4. Проблема исследования экстремальных ситуаций в отечественной и зарубежной психологии (Ф.Е. Василюк, Н.Г. Осухова, М.М. Решетников и др.).
5. Типология критических ситуаций по Ф.Е. Василюку.
6. Современная проблема психической травмы в работе М.М. Решетникова «Психическая травма» (2006 г.).
7. Переживание кризиса в работе Ф.Е. Василюка «Психология переживаний», «Пережить горе».
8. Понятие, формы диссоциации.
9. Психосоматические расстройства. Причины и механизмы возникновения, разновидности психосоматических расстройств.
10. Невроз, понятие, основные критерии. Формы неврозов.
11. Личностный кризис. Суицид. Виды суицидального поведения.
12. Особенности личности суицидентов.
13. Эмоциональное состояние человека в период кризиса.
14. Гендерные особенности протекания кризиса.
15. Типы ситуационных реакций на стресс.
16. Детерминанты ситуационных реакций на стресс.
17. Типы жизненных кризисов.
18. Возрастные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса.
19. Профессиональные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса.
20. Потеря близкого человека, утрата.

##### **Раздел 2 «Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР»**

###### **Темы рефератов**

1. Психология экстремальной ситуации с позиции теории стресса.

2. Роль личностных факторов в преодолении экстремальных ситуаций.
3. Роль личностного адаптационного потенциала в процессе социально-психологической адаптации человека к экстремальным ситуациям.
4. Типичные психические состояния человека в экстремальной ситуации.
5. Динамика аффективных реакций и поведения человека в зоне экстремальных ситуаций.
6. Фрустрационная регрессия.
7. Совладание с трудными жизненными ситуациями.
8. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, стадии формирования.
9. Особенности ПТСР у детей.
10. Основные задачи психотерапевтической помощи при работе с горем.
11. Психологическая помощь ребенку, пережившему горе.
12. Работа с детьми с онкологической патологией и их семьями на различных фазах заболевания.
13. Переживание перинатальной потери, психологическая помощь.
14. Использование гештальт-подхода и экзистенциальной психотерапии при работе с переживанием утраты, страхами.
15. Уровни психической дезадаптации.
16. Психогенные расстройства.
17. «Застревающие» реакции утраты.
18. Формы осложненного горя.
19. Семейные кризисы и развод как утрата семьи.
20. Известие об измене или разводе: восприятие супругом, череда развития реакции.
21. Типы реакции детей на развод.
22. Болезнь как потеря здоровья, структура внутренней картины болезни (уровни).
23. Типы отношения к болезни.
24. Катастрофы и ЧС как причины психологической травмы.
25. Война как источник травмы.
26. Насилие как причина психологической травмы.

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

### **7.1. Рекомендуемая литература**

#### **Основная литература**

1. Обухова, Ю. В. Практическая психология личности: драматические и игровые техники в работе психолога / Ю. В. Обухова. — Ростов-на-Дону, Таганрог: Издательство Южного федерального университета, 2018. — 124 с. — ISBN 978-5-9275-2568-3. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87471.html>
2. Абаева, И. В. Психологическая поддержка детей и взрослых при переживании стресса и кризисных ситуаций: учебно-методическое пособие / И. В. Абаева. — Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2017. — 125 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/73814.html>

#### **Дополнительная литература**

1. Козлов, В. В. Психология кризиса / В. В. Козлов. — Саратов: Вузовское образование, 2014. — 386 с. — ISBN 2227-8397. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/18954.html>

### **7.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

- <http://www.voppsy.ru/> - сайт журнала «Вопросы психологии»;
- <http://www.ipras.ru/08.shtml> - сайт Института психологии РАН, журнал «Психологический журнал»;
- <http://www.psy.msu.ru/links/index.html> - сайт психологического факультета МГУ «Психология в Интернете»;
- <http://www.psychology.ru/> - сайт «Psychology.ru» (библиотека, тесты, ссылки);
- <http://psystudy.ru/> - сайт журнала «Психологические исследования»: электронное периодическое издание;
- [http://psyjournals.ru/journal\\_catalog/](http://psyjournals.ru/journal_catalog/) - портал психологических изданий.
- <http://www.biblioclub.ru/> - Университетская библиотека. Электронная библиотека для студентов, сотрудников библиотек, специалистов-гуманитариев;
- <http://elibrary.ru/> e-Library.ru: Научная электронная библиотека;
- <http://cyberleninka.ru/> Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»;
- <http://www.benran.ru/> Библиотека по естественным наукам РАН.

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины, перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Для проведения занятий по дисциплине имеется следующее материально-техническое обеспечение:

- учебные аудитории для проведения учебных занятий, оборудованные учебной мебелью и оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения с возможностью подключения к сети «Интернет»;
- помещения для самостоятельной работы, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде.

Программное обеспечение:

*Лицензионное программное обеспечение (в том числе, отечественного производства):*

Операционная система Windows Professional 10

ПО браузер – приложение операционной системы, предназначенное для просмотра Web-страниц

Платформа проведения аттестационных процедур с использованием каналов связи (отечественное ПО)

Платформа проведения вебинаров (отечественное ПО)

Информационная технология. Онлайн тестирование цифровой платформы РовЕб (отечественное ПО)

Электронный информационный ресурс. Экспертный интеллектуальный информационный робот

Аттестация ассессоров (отечественное ПО)

Информационная технология. Аттестационный интеллектуальный информационный робот контроля оригинальности и профессионализма «ИИР КОП» (отечественное ПО)

Электронный информационный ресурс «Личная студия обучающегося» (отечественное ПО)

*Свободно распространяемое программное обеспечение (в том числе отечественного производства):*

Мой Офис Веб-редакторы <https://edit.myoffice.ru> (отечественное ПО)

ПО OpenOffice.Org Calc.

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО OpenOffice.Org.Base

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО OpenOffice.org.Impress

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО OpenOffice.Org Writer

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО Open Office.org Draw

[http://qsp.su/tools/onlinehelp/about\\_license\\_gpl\\_russian.html](http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html)

ПО «Блокнот» - стандартное приложение операционной системы (MS Windows, Android и т.д.), предназначенное для работы с текстами;

Научная электронная библиотека. <http://elibrary.ru>

Электронно-библиотечная система IPRbooks (ЭБС IPRbooks) – электронная библиотека по всем отраслям знаний

<http://www.iprbookshop.ru>

*Современные профессиональные базы данных:*

Флогистон: Психология из первых рук <http://flogiston.ru/>

Психология от А до Я <http://psyznaiyka.net/>

*Информационно-справочные системы:*

Справочно-правовая система «Гарант»;

Справочно-правовая система «Консультант Плюс».