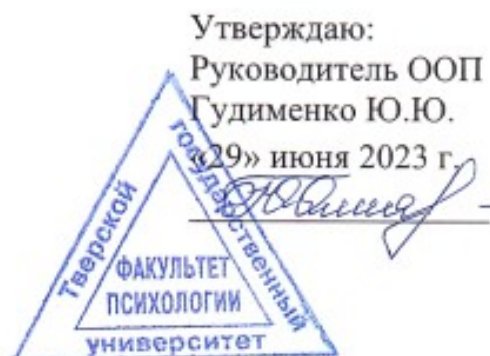


Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 26.09.2023 11:27:28
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e7b4fcc2ad1bf35f08

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет»



Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)
Психология экстремальных ситуаций и состояний

Специальность

37.05.01 Клиническая психология

Специализация

Патопсихологическая диагностика и психотерапия

Для студентов 3 курса очной формы обучения

Составитель: *Е.А. Карасева*

Тверь, 2023

I. Аннотация

1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

Психология экстремальных ситуаций и состояний

2. Цель и задачи дисциплины

Целями освоения дисциплины являются:

- теоретическое ознакомление студентов с областью мультидисциплинарного подхода к психологии чрезвычайных/экстремальных ситуаций;
- усвоение техник и приемов групповой и индивидуальной психотерапии в случае обращения пациентов с последствиями столкновения с чрезвычайной/экстремальной ситуацией.

Задачами изучения дисциплины являются:

- ознакомить студентов с базовыми понятиями экстремальной психологии;
- раскрыть диагностические критерии различных экстремальных состояний;
- показать основные направления развития и динамику экстремальных состояний;
- дать представление о методах психологической помощи людям, находящимся в экстремальной ситуации;
- получить представление о принципах организации стрессовых реакций человека, механизмах взаимодействия физиологических систем организма, расстройствах адаптации, обусловленных стрессом;
- уметь применять в своей деятельности ряд психотерапевтических методик при работе с последствиями пережитого экстремального состояния и использовать полученные знания в своей клинико-психологической работе.

3. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина относится к вариативной части учебного плана, к дисциплинам по выбору.

Для освоения дисциплины студенту необходимы знания по психодиагностике, патопсихологии, дифференциальной и возрастной психологии, нейропсихологии и физиологии, психологии стресса и другими теоретическими и практическими дисциплинами.

Для изучения курса студент должен обладать культурой научного мышления, умением обобщать, анализировать и синтезировать факты и теоретические положения, использовать системы категорий и методов,

необходимых для решения типовых и новых задач в различных областях профессиональной деятельности.

Кроме того, студенту необходимо владение знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств: патопсихологического эксперимента, психологического консультирования и их теоретической обоснованности.

К основным требованиям для освоения дисциплины также относится владение методиками индивидуально-типологической (личностной) диагностики, умение выявлять и анализировать информацию, необходимую для определения целей психологического вмешательства, умение осуществлять клинико-психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития, умение описывать и анализировать процесс и результаты вмешательства, формулировать рекомендации по результатам проведенного обследования.

Освоение данной дисциплины необходимо для дальнейшего изучения следующих дисциплин: «Клиническая психофизиология», «Расстройства личности», «Основы психотерапии», «Экспертная деятельность в клинической психологии», «Клиническая психология сексуальных расстройств», «Особенности самосознания при пограничных личностных расстройствах» и др., а также успешного прохождения производственной, преддипломной практик и НИР, а также написания и защиты курсовых работ и ВКР.

4. Объем дисциплины:

для набора 2017, 2018 гг.:

3 зачетных единицы, 108 академических часов, **в том числе**

контактная работа: лекции 14 часов, практические занятия 28 часов,

самостоятельная работа: 66 часов.

для набора 2019, 2020 гг.:

3 зачетных единицы, 108 академических часов, **в том числе**

контактная работа: лекции 14 часов, в т.ч. практическая подготовка 14 часов;

практические занятия 28 часов, в т.ч. практическая подготовка 28 часов;

самостоятельная работа: 66 часов.

5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной	Планируемые результаты обучения по дисциплине
--	--

программы (формируемые компетенции)	
<p>ОК-6 Готовность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения</p>	<p align="center">Промежуточный этап</p> <p>Владеть: - способностью принимать качественные, эффективные, обоснованные решения на основе анализа нестандартной ситуации</p> <p>Уметь: - проводить аудит процесса принятия решений, его эффективности и оптимальности</p> <p>Знать: - эффективные методы развития способности нестандартно мыслить; - требования профессиональной этики</p>
<p>ПК-2 Готовность выявлять и анализировать информацию о потребностях (запросах) пациента (клиента) и медицинского персонала (или заказчика услуг)</p>	<p align="center">Промежуточный этап</p> <p>Владеть: - навыками проведения структурированного интервью; - навыками применения техники активного слушания;</p> <p>Уметь: - анализировать и обобщать данные структурированного интервью, данные беседы с пациентом (клиентом); - критически оценивать информацию, поступающую от пациента (клиента); - создавать атмосферу доверительного отношения пациента (клиента), возможность его раскрытия в своих переживаниях; - анализировать информацию о запросе, потребностях пациента (клиента) с учетом его культуральных, социально-демографических и индивидуально-психологических характеристик; - предоставлять информацию о потребностях пациента (клиента), его запросе, в обобщенном виде для медицинского персонала или заказчика услуг.</p> <p>Знать: - приемы установления доверительного контакта с пациентом (клиентом),</p>

	<p>создания атмосферы доверия и безопасности;</p> <p>- способы передачи информации в обобщенном виде о состоянии и потребностях пациента (клиента) медицинскому персоналу (заказчику услуг).</p>
--	--

6. Форма промежуточной аттестации и семестр прохождения: зачет, 7 семестр.

7. Язык преподавания - русский

II. Содержание дисциплины структурированное по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

для набора 2017, 2018 гг.:

Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
		Лекции и	Практические работы	
1. Принципы организации основных неспецифических стрессовых реакций человека.	7	1	2	4
2. Психология экстремальных ситуаций.	9	1	2	6
3. Психические расстройства, возникающие в чрезвычайных ситуациях.	7	1	2	4
4. Особенности клинико-психологических проявлений посттравматического стрессового расстройства у детей.	7	1	2	4
5. Психогенные расстройства в позднем возрасте.	7	1	2	4
6. Стресс и психосоматика.	9	1	2	6
7. Статистика психических расстройств и планирование помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях.	9	1	2	6
8. Особенности психического реагирования в ситуации дорожно-транспортных происшествий.	7	1	2	4
9. Боевые стрессовые расстройства.	7	1	2	4

10. Организация оказания психолого-психиатрической помощи в чрезвычайных ситуациях.	7	1	2	4
11. Организационно-методические аспекты реабилитационной помощи детям, переживающим стресс в условиях ЧС.	9	1	2	6
12. Реинтеграция в социум лиц, пострадавших в ЧС.	7	1	2	4
13. Психические расстройства у заложников и вторичных жертв.	7	1	2	4
14. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия ПТСР.	9	1	2	6
ИТОГО	108	14	28	66

для набора 2019, 2020 гг.:

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)				Контроль (час.)	Самостоятельная работа (час.)
		Лекции		Практические занятия			
		всего	в т.ч. практическая	всего	в т.ч. практическая		
1. Принципы организации основных неспецифических стрессовых реакций человека.	7	1	1	2	2		4
2. Психология экстремальных ситуаций.	9	1	1	2	2		6
3. Психические расстройства, возникающие в чрезвычайных ситуациях.	7	1	1	2	2		4
4. Особенности клинико-психологических проявлений посттравматического стрессового расстройства у детей.	7	1	1	2	2		4
5. Психогенные расстройства в позднем возрасте.	7	1	1	2	2		4
6. Стресс и психосоматика.	9	1	1	2	2		6
7. Статистика психических расстройств и планирование помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях.	9	1	1	2	2		6
8. Особенности психического реагирования в ситуации дорожно-транспортных происшествий.	7	1	1	2	2		4

9. Боевые стрессовые расстройства.	7	1	1	2	2		4
10. Организация оказания психолого-психиатрической помощи в чрезвычайных ситуациях.	7	1	1	2	2		4
11. Организационно-методические аспекты реабилитационной помощи детям, переживающим стресс в условиях ЧС.	9	1	1	2	2		6
12. Реинтеграция в социум лиц, пострадавших в ЧС.	7	1	1	2	2		4
13. Психические расстройства у заложников и вторичных жертв.	7	1	1	2	2		4
14. Когнитивно-бихевиоральная психотерапия ПТСР.	9	1	1	2	2		6
1. Принципы организации основных неспецифических стрессовых реакций человека.	7	1	1	2	2		4
ИТОГО	108	14	14	28	28		66

III. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине:

- практические задания;
- вопросы для самостоятельной подготовки;
- темы докладов и рефератов;
- вопросы для самостоятельной подготовки к зачету.

IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине:

1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ОК-6: Готовность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
Промежуточный Владеть: - способностью принимать качественные, эффективные, обоснованные решения	1. Дайте характеристику экстремальной ситуации, трудной жизненной ситуации, кризисной, чрезвычайной и т.д. 2. Опишите стратегию организация медико-	• Характеристика и формулировки корректны, детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание

<p>на основе анализа нестандартной ситуации</p> <p>Уметь: - проводить аудит процесса принятия решений, его эффективности и оптимальности</p> <p>Знать: – эффективные методы развития способности нестандартно мыслить; - требования профессиональной этики</p>	<p>психологической помощи в условиях чрезвычайной ситуации.</p> <p>3. Примените варианты нестандартных решений при работе с ребенком, пережившим кризисную ситуацию.</p>	<p>темы по существу – 20 баллов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описание и формулировки корректны, часть из них детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 15 баллов <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>Отдельные неточности в формулировках не искажают тему по сути – 15 баллов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описание по существу является простым, формулировки отражают суть темы – 10 баллов <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>В описании наряду с корректными имеются ошибочные формулировки, искажающие отдельные аспекты темы – 10 баллов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описание есть, но не соответствует указанным выше требованиям – 5 баллов <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>представляет набор абстрактных формулировок не отражающих специфики содержания темы – 5 баллов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ответ не включает или неверно интерпретирует значительную часть материала; не предложен собственный взгляд на проблему; бедный словарный запас и однообразные речевые структуры не позволяют адекватно выразить идею; большое количество ошибок затрудняет понимание – 0 баллов
--	--	--

--	--	--

2. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции ПК-2: Готовность выявлять и анализировать информацию о потребностях (запросах) пациента (клиента) и медицинского персонала (или заказчика услуг)

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>Промежуточный Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - навыками проведения структурированного интервью; - навыками применения техники активного слушания; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> - анализировать и обобщать данные структурированного интервью, данные беседы с пациентом (клиентом); - критически оценивать информацию, поступающую от пациента (клиента); - создавать атмосферу доверительного отношения пациента (клиента), возможность его раскрытия в своих переживаниях; - анализировать информацию о запросе, потребностях пациента (клиента) с учетом его культуральных, социально-демографических и индивидуально-психологических характеристик; - предоставлять информацию о потребностях пациента (клиента), его запросе, в обобщенном виде для 	<p>1. Составьте интервью для прояснения состояния пациента при предполагаемом ПТСР (варианты задания могут меняться, например, с учетом возрастных, гендерных и прочих различий).</p> <p>2. Приведите пример информации, поступающей от клиента в чрезвычайной ситуации, которую нужно переработать для оказания дальнейшей помощи.</p> <p>3. Назовите основные этические и профессиональные ошибки в работе психолога в условиях чрезвычайной ситуации.</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Характеристика и формулировки корректны, детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 20 баллов • Описание и формулировки корректны, часть из них детализированы в подпунктах, их количество позволяет раскрыть содержание темы по существу – 15 баллов <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>Отдельные неточности в формулировках не искажают тему по сути – 15 баллов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описание по существу является простым, формулировки отражают суть темы – 10 баллов <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>В описании наряду с корректными имеются ошибочные формулировки, искажающие отдельные аспекты темы – 10 баллов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Описание есть, но не соответствует указанным выше требованиям – 5 баллов <p style="text-align: center;">ИЛИ</p> <p>представляет набор</p>

<p>медицинского персонала или заказчика услуг.</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> - приемы установления доверительного контакта с пациентом (клиентом), создания атмосферы доверия и безопасности; - способы передачи информации в обобщенном виде о состоянии и потребностях пациента (клиента) медицинскому персоналу (заказчику услуг). 		<p>абстрактных формулировок не отражающих специфики содержания темы – 5 баллов</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ответ не включает или неверно интерпретирует значительную часть материала; не предложен собственный взгляд на проблему; бедный словарный запас и однообразные речевые структуры не позволяют адекватно выразить идею; большое количество ошибок затрудняет понимание – 0 баллов
---	--	--

V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Белашева И.В. Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях: учебное пособие / И. В. Белашева, И. Н. Польшакова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 104 с. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83201.html>
2. Гуревич П. С. Психология чрезвычайных ситуаций: учебное пособие для студентов вузов / П. С. Гуревич. — Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017. — 494 с. — ISBN 978-5-238-01246-9. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/81837.html>
3. Лоуренс Гонсалес Остаться в живых [Электронный ресурс]: психология поведения в экстремальных ситуациях / Гонсалес Лоуренс. — Электрон. текстовые данные. — М.: Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 315 с. — 978-5-00057-094-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/39316.html>
4. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм психотерапия [Электронный ресурс]: Учебник / Хрусталева Н.С. - СПб:СПбГУ, 2016. - 445 с. — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/940991>

5. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.В. Белашева [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 262 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/66099.html>
6. Хрусталева Н.С. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: учебник / Н. С. Хрусталева. - Санкт-Петербург: СПбГУ, 2018. - 748 с. - ISBN 978-5-288-05830-1. - Текст: электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1000448>

Дополнительная литература:

1. Андронникова О.О. Специальные проблемы психологического консультирования: Учебное пособие. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 348 с. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/342105> - Электронно-библиотечная система
2. Биктина Н. Практикум по психологии посттравматического стресса: учебное пособие / Н. Биктина; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург: ФГ БОУ ВПО ОГУ, 2011. - 166 с.; [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259206>
3. Виртц У. Жажда смысла. Человек в экстремальных ситуациях. Пределы психотерапии [Электронный ресурс] / У. Виртц, Й. Цобели. — Электрон. текстовые данные. — М.: Когито-Центр, 2012. — 328 с. — 978-5-89353-371-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15249.html>
4. Волкан Вамик Жизнь после утраты. Психология горевания [Электронный ресурс] / Вамик Волкан, Элизабет Зинтл. — Электрон. текстовые данные. — М.: Когито-Центр, 2007. — 155 с. — 978-5-89353-213-5. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15250.html>
5. Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности / Н.В. Тарабрина, Н. Е. Харламенкова, М. А. Падун [и др.]; под редакцией Н. Е. Харламенковой. — Москва: Издательство «Институт психологии РАН», 2017. — 344 с. — ISBN 978-5-9270-0359-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88070.html>
6. Караяни А. Г. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов вузов/

- Караяни А.Г., Цветков В.Л.— Электрон. текстовые данные.— М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2015.— 247 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52551>
7. Козлов В.В. Психология кризиса [Электронный ресурс] / В.В. Козлов. — Электрон. текстовые данные. — Саратов: Вузовское образование, 2014. — 386 с. — 2227-8397. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18954.html>
 8. Кризисная психология: учебное пособие: [16+] / авт.-сост. Е. С. Гольдшмидт, Н. И. Корытченкова, С. С. Смагина, Н. К. Будницкая и др. — Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. — 140 с.: ил. — Режим доступа: по подписке. — URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600274>
 9. Нестерова, О. В. Управление стрессами [Электронный ресурс]: учеб. пособие / О. В. Нестерова. - М.: Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2012. - (Университетская серия). - — Режим доступа: <http://znanium.com/catalog/product/451386> .
 10. Павлов И.С. Психотерапия в практике [Электронный ресурс]: учебное пособие / И.С. Павлов. — Электрон. текстовые данные. — М.: Пер Сэ, 2006. — 608 с. — 5-98549-014-9. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/7427.html>
 11. Пономарева И. М. Работа психолога в кризисных службах [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Пономарева И.М.— Электрон. текстовые данные. — СПб.: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014.— 198 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/22995>
 12. Прайтлер, Б. Бесследно пропавшие...: Психотерапевтическая работа с родственниками пропавших без вести / Б. Прайтлер; пер. с нем. Я. Каунитц. - Москва: Когито-Центр, 2015. - 316 с. - (Современная психотерапия). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-89353-452-8; То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=430576>
 13. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психическая травматизация и её последствия: Учебник / Хрусталева Н.С. - СПб: СПбГУ, 2014. - 372 с.: ISBN 978-5-288-05583-6. - Текст: электронный.- URL: <https://znanium.com/catalog/product/941588>
 14. Психология состояний [Электронный ресурс]: учебное пособие/ А.О. Прохоров [и др.].— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2011.— 624 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15299>

15. Психотерапия / под ред. В.К. Шамрея, В.И. Курпатова. - СПб.: СпецЛит, 2012. - 496 с. - ISBN 978-5-299-00472-4; [Электронный ресурс]. –Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=105771>
16. Сидоров П.И. Психология катастроф [Электронный ресурс]: учебное пособие / П.И. Сидоров, И.Г. Мосягин, С.В. Маруняк. — Электрон. текстовые данные. — М.: Аспект Пресс, 2008. — 414 с. — 978-5-7567-0486-0. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8882.html>
17. Тарабрина Н.В. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч.1. Теория и методы / Н. В. Тарабрина, В. А. Агарков, Ю. В. Быховец [и др.]; под редакцией Н. В. Тарабриной. — 2-е изд. — Москва: Когито-Центр, 2019. — 208 с. — ISBN 978-5-89353-208-1. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88335.html>
18. Тарабрина Н.В. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч.2. Бланки методик / Н.В. Тарабрина. — 2-е изд. — Москва: Когито-Центр, 2019. — 76 с. — ISBN 978-5-89353-209-8. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88363.html>
19. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса: теория и практика / Н. В. Тарабрина. — 2-е изд. — Москва: Издательство «Институт психологии РАН», 2019. — 304 с. — ISBN 978-5-9270-0143-9. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/88376.html>
20. Эдна Б. Фоа Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства [Электронный ресурс] / Б.Фоа Эдна, М.Кин Теренс, Дж.Фридман Мэтью. — Электрон. текстовые данные. — М.: Когито-Центр, 2005. — 467 с. — 5-89353-155-8. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15320.html>

VI. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

1. Электронная библиотека Российской национальной библиотеки: фонд авторефератов диссертаций <http://leb.nlr.ru/search/> (Medline, Medline with Full Text, Health Source Nursing/Academic Edition, Health Source Consumer Edition, Green FILE) <http://web.ebscohost.com/>
2. Сводный каталог периодики и аналитики по медицине MedArt.– <http://ucm.sibtechcenter.ru/>
3. Медицинская литература <http://www.medbook.net.ru/>

VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАДАНИЯ

Практическое задание №1

Пользуясь словарем и библиографией, определите схожее и различное в терминах:

- экстремальная ситуация,
- критическая;
- чрезвычайная;
- экстренная;
- кризисная;
- трудная жизненная ситуация.

Сформулируйте свое определение термина «экстремальная ситуация».

Практическое задание №2

1. Выскажите свое отношение к приведенным ниже определениям: Экстремальная ситуация: 1) ситуация, в которой максимально актуализируется потребность в безопасности и максимально блокируется возможность ее удовлетворить; 2) внезапно возникшее исключительное событие, в результате которого создается мнимая или явная угроза жизни и здоровью человека, группы лиц или общества в целом, при котором источником угрозы является другой человек (группа людей).

Практическое задание №3

На основании вышеперечисленных критериев когнитивного оценивания ТЖС разработайте систему вопросов для анкеты или беседы с клиентом. Например: Насколько данная (описываемая, происшедшая) ситуация значима для Вас? Оцените ее по 10-бальной шкале значимости. Насколько она является стрессогенной для Вас? Прогнозируема она? И как точно Вы можете ее спрогнозировать (по 10-бальной шкале)? Контролируете ли Вы ситуацию, или насколько она поддается Вашему контролю, и т. п. Критерий, связанный с потерями, важно дополнить критерием приобретения, т. е. ответить на два вопроса: Что я теряю при этом, и что я приобретаю? Эту работу можно проделать, разделив лист бумаги на две части. На одной половине перечислить все потери, на другой - все приобретения, их должно быть не менее десяти. Оценивание собственных возможностей (физических, психологических, интеллектуальных, моральных, временных) и опыта преодоления ТЖС приводит к осознанию человеком своих ресурсов и

способностей к конструктивному разрешению создавшейся трудной ситуации.

Практическое задание №4

На основе изученного материала: а) сопоставьте и проанализируйте термины:

— адаптация (личностный адаптационный потенциал);

— сопротивляемость;

— устойчивость (стрессоустойчивость);

— жизнестойкость;

б) определите ресурсы сопротивляемости (устойчивости) личности, рассматриваемые в различных исследовательских подходах;

в) выделите возрастные особенности содержания ресурсов сопротивляемости.

Практическое задание №5

Вспомните два случая из своей жизни: один — когда стресс вам помогал в вашей жизненной ситуации, второй — когда состояние стресса негативно сказывалось на данной ситуации. В первом случае рассмотрите, в чем состояло положительное влияние стресса, а во втором — на чем именно стресс сказывался отрицательно. В чем для вас состояла разница в переживании этих двух стрессовых ситуаций?

Практическое задание №6

Напишите 5 способов, которые помогают Вам снять напряжение, улучшить настроение и работоспособность в трудных ситуациях. Далее ответьте на следующие вопросы: - Выполняется ли эта деятельность самостоятельно или с помощью специалистов? - Является ли она преимущественно аудиальной, визуальной, или кинестетической? - Какие эмоции преобладают у Вас в этот момент?

Практическое задание №7

Написать сочинение, эссе, очерк на тему: Мир психической травмы или характеристика внутреннего мира травмы на основании анализа первоисточника Д Калшед. Внутренний мир травмы. Архетипические защиты личностного духа.

Практическое задание №8

Упражнение «Мой энергетический запас» проводится с палкой, скакалкой или веревкой, стоя.

1. Берем палку двумя руками сверху, руки внизу на ширине плеч, а палка касается бедер.
2. По команде «Начали!» растягиваем палку в разные стороны с силой примерно 90 % от вашей максимально возможной.
3. Продолжительность растягивания палки - 60 секунд, после чего дается команда «Стоп!». Пальцы разжимаем, палку отпускаем.
4. После этого закрыть глаза, расслабиться, превратиться в наблюдателя за своим собственным телом.
5. Очень важно дать волю рукам. Пусть тело само распоряжается собой и руками. Руки расслабляем и ждем.

Разъяснение: Обратите внимание на амплитуду движения рук и время удержания их в тонической активности - критерий мощности энергопотенциала человека. Если руки совершают полную амплитуду и удерживаются тонической активностью мышц в позе «руки вверху», это говорит об оптимальном состоянии, состоянии гармонии, о сверхвысоком энергетическом запасе человека.

Практическое задание №9

Упражнение «Моя эмоциональная жизнь». Инструкция: Разделите лист бумаги на две части горизонтальной чертой. Вверху поставьте максимальный плюс, внизу - максимальный минус. Поделите горизонтальную линию на годы жизни от момента, когда Вы себя помните. Это может быть три года, пять... и до момента, который Вы хотите пережить в своем воображении. Это может быть сегодняшний Ваш возраст или возраст в будущем. А теперь проследите свою эмоциональную жизнь по периодам. Вспомните любые, первые пришедшие в голову отрицательные переживания и поставьте возраст, когда это было. И положительные, счастливые переживания и тоже поставьте возраст, когда это было. Отметьте крестиком, звездочкой или кружочком. Причем силу своих эмоциональных переживаний тоже отразите на вертикальной линии.

Практическое задание №10

Написать сочинение, эссе, очерк на тему: Мир психической травмы или характеристика внутреннего мира травмы на основании анализа первоисточника Д Калшед. Внутренний мир травмы. Архетипические защиты личностного духа.

Практическое задание №11

Методика «Ключ к себе» Х. Алиева Ключ - движение, которое человек может выполнять с минимальным мускульным усилием, или которое можно продолжать без обычного напряжения и усталости как бы бесконечно. Это движение - полуавтоматическое; его можно вызвать и прекратить одним желанием. Движения сопровождаются различными образными представлениями и поэтому называются «идеомоторными». После того, как человек нашёл и освоил индивидуальный ключ к себе, он может использовать его как технику релаксации и саморегуляции, что хорошо помогает при коррекции эмоциональных нарушений у пострадавших с ПТСР. Хасан Алиев предлагает до занятия проверить обучаемость методу с помощью трех вопросов; Стопроцентной обучаемостью человек обладает, если: 1. Ему снились полеты во сне; 2. При беге открывалось «второе дыхание»; 3. Пробуждение от сна происходило в нужный момент без будильника. Тем, кто ответил "нет" на все три вопроса или некоторые из них, предлагается повысить свою обучаемость. Для этого выполняется массаж шеи и затылка в течение 10 минут, легкие физические упражнения в течение 10 минут, бег на месте, танец. Для того чтобы подобрать «Ключ к себе», предлагается комплекс "Звезда саморегуляции". Следует перебирать приемы по правилу: делать то, что получается, и отбрасывать то, что затруднительно. При поиске «ключа» облегчается стрессовое состояние и наступает релаксация, сопровождаемая автоколебаниями тела.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ

1. Общие понятия теории стрессовых реакций.
2. Основные системы, адаптирующие организм к острому и хроническому стрессу, биологические аспекты индивидуальных различий стрессоустойчивости.
3. Физиологические последствия стрессовых реакций.
4. Общие подходы к феномену экстремальности, характеристики феномена.
5. Классификация экстремальных ситуаций.
6. Специфика нарушений/устойчивости при переживании экстремальной ситуации.
7. Современные классификации психических расстройств, связанных с чрезвычайными ситуациями.
8. Острые реакции на стресс. Реакции горя, утраты. Патологическое горе.
9. Расстройства адаптации, обусловленные социальным стрессом.
10. Факторы ЧС, способствующие развитию стрессовых расстройств у детей и подростков.
11. Критерии и методы диагностики ПТСР.

12. Принципы организации медико-психологической помощи детям и подросткам в чрезвычайной ситуации.
13. Основные разновидности психогенных расстройств в позднем возрасте.
14. Лечение и организация помощи пожилым лицам, пережившим ЧС.
15. Концепция стресса и психосоматическая медицина.
16. Соматоформные симптомы, конверсионный механизм, копинг-поведение.
17. История возникновения видов интервенции в чрезвычайных ситуациях.
18. Нормативно-правовые основы оказания помощи специалистами при ЧС.
19. Структура медико-психологической и психиатрической помощи пострадавшим в ЧС.
20. Гендерные особенности реагирования на ДТП.
21. Принципы оказания психолого-психиатрической помощи водителям и пассажирам.
22. Реакции боевого стресса.
23. Психиатрическая и психологическая помощь участникам и ветеранам войн.
24. Принципы оказания помощи в условиях боевых действий и вооруженных конфликтов.
25. Интегративная когнитивная психотерапевтическая модель при ПТСР.

ТЕМЫ ДОКЛАДОВ И РЕФЕРАТОВ

1. Теоретические и эмпирические модели изучения расстройств личности при ПТСР.
2. Нарушения самоидентичности лиц, переживших чрезвычайную ситуацию.
3. Специфика индивидуально-психологической организации лиц с высокой стрессоустойчивостью.
4. Резилиенс, сопротивление, репрессивный копинг, позитивные эмоции при страдании.
5. Нарушения паттернов объектных отношений и их репрезентаций при переживаниях стресса.
6. Виды стресса, генез, психологические механизмы, терапевтические подходы к коррекции эмоциональных расстройств у детей.
7. Разработка критериев психологической оценки последствий перенесенного ПТСР с применением проективных методов (ТАТ, ОРТ, ДТ, Тест Роршаха, Совместный Тест Роршаха и др.).
8. Организация помощи лицам, переживающим стресс в условиях чрезвычайной ситуации.
9. Психологические интервенции в течение первых недель после травмы.

10. Психоаналитическая концепция травматического невроза.
11. Реинтеграция в социум лиц, пострадавших в чрезвычайных ситуациях.
12. Психотерапевтические модели в клинике расстройств личности, пострадавшей в ЧС.
13. Специфика проективного обследования: стратегии, межличностный контекст.

ВОПРОСЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ

1. Экстремальная ситуация: понятие, классификации, типы.
2. Влияние экстремальной ситуации на жизнедеятельность личности. Особенности экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях.
3. Психические состояния в экстремальных условиях, их классификация.
4. Стресс: определение, феноменология.
5. Понятие психической адаптации, гомеостаза, компенсации функциональных резервов.
6. Последствия стресса. Травматический стресс.
6. Проблема регуляции поведения.
7. Регуляторы поведения человека.
8. Психоаналитическое представление о регуляции (З. Фрейд, А. Адлер).
9. Гуманистическая психология и идея о личности как механизме регуляции поведения (Г. Олпорт, К. Роджерс).
10. Регуляция человеком своих действий в теории поля К. Левина.
11. Психическая саморегуляция активности личности. Человек как система саморегуляции.
12. Уровни саморегуляции.
13. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, диагностические критерии.
15. Типы, динамика посттравматического стрессового расстройства.
14. Теории возникновения ПТСР.
15. Общие подходы к психотерапии ПТСР, методы работы.
16. Диагностика шоковой травмы.
17. Основные принципы и схема работы с шоковой травмой.
18. Теоретические концепции суицида.
19. Распознавание суицидальной опасности, факторы и индикаторы суицидального риска.
20. Определение степени суицидального риска.
21. Консультирование суицидальных клиентов.

22. Определения понятия горя: феноменология, динамика, модели горя.
Типичные симптомы переживания горя.
23. Формы осложненного синдрома потери.
24. Особенности психологической помощи людям, переживающим утрату.
25. Способы и приемы психической саморегуляции.
26. Критерии и шкалы оценивания эффективности клинико-психологического вмешательства.

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЙТИНГОВОЙ СИСТЕМЕ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА УЧЕБНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

В семестре предусматривается 2 промежуточных этапа оценки знаний (рейтинговый контроль). В соответствии с этим изучение дисциплины делится на 2 модуля.

Интегральный балл по каждому модулю складывается из оценки текущей работы студента и оценки, полученной по итогам рейтингового контроля, следующим образом:

	1 модуль	2 модуль
Текущая работа	35	35
Рейтинговый контроль	15	15
Всего	50	50
ИТОГО: 100 баллов		

Первый и второй модуль:

Форма текущего контроля: 1) доклады; 2) выполнение домашних заданий; 3) письменный опрос; 4) участие в практических занятиях.

Форма итогового контроля: контрольная работа.

Первый модуль охватывает темы учебной дисциплины с 1 по 7. Второй – с 8 по 14.

VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (по необходимости)

- **педагогические технологии:**

- информационная лекция;

- практические демонстрационные занятия в малых группах;

— презентация мини-проектов в малых группах;

— коллоквиум.

• **информационные технологии:**

обучающие, информационно-поисковые и справочные, учебно-игровые, использование мультимедийной техники для воспроизведения электронных презентаций, визуальной и аудиальной поддержки излагаемого учебного материала.

• **программное обеспечение:**

а) Лицензионное программное обеспечение

- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав № ПК545 от 16.12.2022.

б) Свободно распространяемое программное обеспечение

- Многофункциональный редактор ONLYOFFICE

- ОС Linux Ubuntu

- Google Chrome

- Adobe Reader XI

- Debut Video Capture

- 7-Zip

- iTALC

• и др. **информационно-справочные системы:**

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» - Договор № 02-06/2023 от 02.08.2023г. <https://biblioclub.ru/>

2. «Образовательная платформа ЮРАЙТ» - Договор № 05-е/23 от 02.08.2023г. <https://urait.ru/>

3. ЭБС «Лань» - Договор № 04-е/23 от 02.08.2023г. <https://e.lanbook.com/>

4. ЭБС ZNANIUM.COM - Договор № 1106 ЭБС от 02.08.2023г. <https://znanium.com/>

5. Цифровой образовательный ресурс IPRsmart - Договор № 03-5/23К от 02.08.2023г. <http://www.iprbookshop.ru/>

6. Электронно-библиотечная система ТвГУ <http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>

7. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU (подписка на журналы) https://elibrary.ru/projects/subscription/rus_titles_open.asp?;

8. Репозиторий ТвГУ <http://eprints.tversu.ru>,

9. Wiley Online Library <https://onlinelibrary.wiley.com/>

Профессиональные базы данных:

1. База данных международных индексов научного цитирования Scopus www.scopus.com
(<http://library.tversu.ru/kratie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>)
2. База данных международных индексов научного цитирования Web of Science (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>)
3. Справочно-правовая система «Консультант Плюс» (в сети ТвГУ) www.consultant.ru
(<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>)
4. **Психологический навигатор** - психологический портал <https://www.psynavigator.ru/>
5. Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru>
6. Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

IX. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Аудитория с мультимедийным оборудованием (стационарным или мобильным).

Тренинговый класс.

Учебно-практическая лаборатория Клинической психологии и психодиагностики.

X. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№ п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Дата и протокол заседания кафедры, утвердившего изменения
1.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 3 от 17.10.2017 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
2.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (или модулю) 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Новые варианты оценочных средств	Протокол № 3 от 17.10.2017 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
3.	VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)	Внесены изменения в учебную программу и методические рекомендации студентам	Протокол № 3 от 17.10.2017 заседания кафедры «Психология труда и

		по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	клиническая психология»
4.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
5.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (или модулю) 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Новые варианты оценочных средств	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
6.	VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)	Внесены изменения в учебную программу и методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
7.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	Обновление реквизитов документа, подтверждающего их наличие, в том числе договоры, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: - программное обеспечение; - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных.	Протокол № 11 от 08.06.2021 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
8.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
9.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся	Обновление фонда оценочных средств	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и

	по дисциплине (или модулю) 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций		клиническая психология»
10.	VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (или модуля)	Внесены изменения в учебную программу и методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
11.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: - программное обеспечение; - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных.	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология труда и клиническая психология»
12.	I. Аннотация 4. Объем дисциплины	Внесение изменений в учебный план на 2022-2023 учебный год (выделение часов по дисциплинам и практикам на практическую подготовку) 2017, 2018, 2019, 2020 г.н.	Протокол ученого совета № 6 от 13.01.2022 г.
13.	II. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	Внесение изменений в учебный план на 2022-2023 учебный год (выделение часов по дисциплинам и практикам на практическую подготовку) 2017, 2018, 2019, 2020 г.н.	Протокол ученого совета № 6 от 13.01.2022 г.
14.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (или модуля)	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол ученого совета № 1 от 29.08.2023
15.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых	Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями	Протокол ученого совета № 1 от 29.08.2023

	при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	ресурсов: - программное обеспечение; - информационно-справочные системы; - профессиональные базы данных.	
--	---	---	--