

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



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной и научной работе

А.В. Лейфа

2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

**ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ И СОСТОЯНИЙ
(ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ)**

Специальность: 37.05.01 Клиническая психология
Специализация № 4 образовательной программы: Клинико-психологическая помощь
ребенку и семье
Квалификация выпускника: Клинический психолог
Год набора – 2020
Форма обучения: очная
Курс 3 семестр 5, 6
Зачет 5 (0,2 акад. час.)
Экзамен 6 (27 акад. час.)
Лекции 52 (акад. час.)
Практические занятия 74 (акад. час.)
Лабораторные занятия 8 (акад. час.)
Самостоятельная работа 126,8 (акад. час.)
Общая трудоемкость дисциплины 288 (час.), 8 (з.е.)

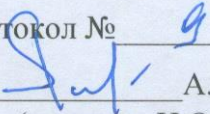
Составитель: Е.В. Павлова, доцент, канд. психол. наук, доцент кафедры психологии и педагогике

Факультет Социальных наук
Кафедра Психологии и педагогике

Рабочая программа составлена на основании Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 37.05.01 «Клиническая психология» (уровень специалитета)

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры психологии и педагогики

«18» 05 2020 г., протокол № 9

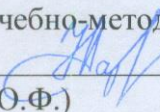
И.о. заведующего кафедрой  А.В. Лейфа
(подпись, И.О.Ф.)

Рабочая программа одобрена на заседании учебно-методического совета специальности 37.05.01 «Клиническая психология»

«18» 05 2020 г., протокол № 9

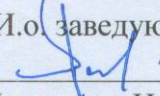
Председатель  С.В. Смирнова
(подпись, И.О.Ф.)

СОГЛАСОВАНО

Начальник учебно-методического управления  Н.А. Чалкина
(подпись, И.О.Ф.)

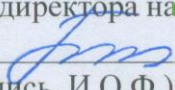
« » 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

И.о. заведующего выпускающей кафедрой  А.В. Лейфа
(подпись, И.О.Ф.)

«18» 05 2020 г.

СОГЛАСОВАНО

И.О. директора научной библиотеки  О.В. Петрович
(подпись, И.О.Ф.)

«18» 05 2020 г.

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель курса «Психология экстремальных ситуаций и состояний (психологическая помощь)» - вооружить студентов знанием основ экстремальной психологии: основных категорий, базовых принципов и методов работы психолога в экстремальной ситуации.

Основные **задачи** курса:

- 1) Ознакомить студентов с базовыми понятиями экстремальной психологии;
- 2) Раскрыть диагностические критерии различных экстремальных состояний;
- 3) Показать основные направления развития и динамику экстремальных состояний;
- 4) Дать представление о различных видах кризисов и кризисных ситуаций (как разновидности экстремальных ситуаций) и особенностях их проживания личностью;
- 5) Показать роль внешних и внутренних факторов, определяющих благоприятный либо неблагоприятный исход кризиса;
- 6) Дать представление о методах психологической помощи людям, находящимся в экстремальной (кризисной) ситуации.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

Дисциплина «Психология экстремальных ситуаций и состояний (психологическая помощь)» входит в базовую часть образовательной программы специальности «Клиническая психология». Данная дисциплина опирается на знания, умения, навыки, усвоенные студентами при изучении дисциплин «Общая психология», «Введение в клиническую психологию» и др. и необходима для базовой профессиональной подготовки клинического психолога.

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

В процессе освоения дисциплины «Психология экстремальных ситуаций и состояний (психологическая помощь)» студент формирует и демонстрирует следующие общекультурные и профессиональные **компетенции**:

- 1) готовность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения (ОК-6);
- 2) способность использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9);
- 3) готовность и способность осуществлять психологическое консультирование населения в целях психопрофилактики, сохранения и улучшения психического и физического здоровья, формирования здорового образа жизни, а также личностного развития (ПК-7).

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие **результаты образования**:

Знать:

- 1) Признаки экстремальной, кризисной, чрезвычайной ситуации (ОК-6, ПК-7);
- 2) Диагностические критерии различных психофизиологических состояний, развивающихся у субъектов экстремальной ситуации (ОК-6, ОК-9, ПК-7);
- 3) Динамику развития экстремальных состояний (ОК-6, ОК-9, ПК-7);
- 4) Методы профилактики и коррекции экстремальных состояний (ОК-6, ПК-7).

Уметь:

- 1) Дать точную характеристику и определить тип неблагоприятной ситуации (экстремальная, кризисная и т.п.) (ОК-9, ПК-7);
- 2) Определить специфику психофизиологического состояния человека, находящегося в экстремальной ситуации (ОК-6, ОК-9, ПК-7);
- 3) Формулировать прогноз развития экстремального состояния (ОК-6, ПК-7).

Владеть:

- 1) Системой базовых понятий и категорий экстремальной психологии (ОК-9, ПК-7);

2) Системой методов оказания экстренной психологической помощи (ОК-6, ОК-9, ПК-7).

4. МАТРИЦА КОМПЕТЕНЦИЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Темы дисциплины	Компетенции		
	ОК-6	ОК-9	ПК-7
<i>I</i>	2	3	4
Понятие экстремальной и кризисной ситуации	+		+
Типология экстремальных ситуаций	+	+	+
Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика	+	+	+
Стресс как основная составляющая экстремальных состояний	+	+	+
Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	+	+	+
Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	+	+	+
Горе как особое психофизиологическое состояние. Динамика горевания	+	+	+
Базовые принципы и методы кризисного консультирования. Психологическое сопровождение в кризисной и экстремальной ситуации	+	+	+
Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях	+	+	+
Психологическая помощь людям, переживающим возрастные кризисы	+	+	+
Психологическая помощь людям, переживающим нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития	+	+	+
Психологическая помощь людям, подвергшимся насилию	+	+	+
Базовые принципы и методы работы с утратой и горем	+	+	+
Болезнь как кризис. Психологическая помощь в паллиативной медицине	+	+	+
Психологическая помощь в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях	+	+	+

5. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 8 зачетных единиц, 288 академических часов.

№ п/п	Тема (раздел) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды контактной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в академических часах)				Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) Форма промежуточной аттестации (по семестрам)
				Лекции	Практич.	Лаб. раб.	СРС	
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>5</i>	<i>6</i>	<i>7</i>	<i>8</i>	<i>9</i>
	Раздел 1. Теоретические основы психологии экстремальных ситуаций и состояний			18	32	0	57,8	
1	Понятие экстремальной и кризисной ситуации	5	1-3	4	6	0	8	Устный ответ, конспект

1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	Типология экстремальных ситуаций	5	5-6	2	4	0	8	Устный ответ, конспект
3	Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика	5	7-9	4	4	0	9	Устный ответ, конспект, выполнение практических заданий
4	Стресс как основная составляющая экстремальных состояний	5	10-11	2	4	0	8	Устный ответ, конспект
5	Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	5	12-13	2	4	0	8	Устный ответ, конспект
6	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	5	14-15	2	6	0	8	Устный ответ, конспект
7	Горе как особое психофизиологическое состояние. Динамика горевания	5	16-17	2	4	0	8,8	Устный ответ, конспект
								Зачет, 0,2 acad. час.
	Раздел 2. Психологическая помощь в экстремальных и кризисных ситуациях			34	42	8	69	
8	Базовые принципы и методы кризисного консультирования. Психологическое сопровождение в кризисной и экстремальной ситуации	6	1-3	6	6	2	9	Устный ответ, конспект, лабораторная работа
9	Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях	6	4-6	6	6	0	9	Устный ответ, конспект
10	Психологическая помощь людям, переживающим возрастные кризисы	6	7-8	4	6	0	9	Устный ответ, конспект, выполнение практических заданий
11	Психологическая помощь людям, переживающим нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития	6	9-10	4	4	0	8	Устный ответ, конспект, выполнение практических заданий
12	Психологическая помощь людям, подвергшимся насилию	6	11-12	4	6	2	8	Устный ответ, конспект, лабораторная работа
13	Базовые принципы и методы работы с утратой и горем	6	13-14	4	6	2	9	Устный ответ, конспект, лабораторная работа
14	Болезнь как кризис. Психологическая помощь в паллиативной медицине	6	15	2	4	0	8	Устный ответ, конспект
15	Психологическая помощь в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях	6	16-17	4	4	2	9	Устный ответ, конспект, лабораторная работа
								Экзамен, 27 acad. час.
	ИТОГО:			52	74	8	126,8	

6. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1 Лекции

№ п/п	Наименование темы	Содержание темы
1	2	3
1	Понятие экстремальной и кризисной ситуации	Общая характеристика психологии экстремальных ситуаций и состояний как области науки и практики. Понятие экстремальной ситуации. Экстремальная ситуация и экстремальные условия деятельности. Сравнительная характеристика экстремальной, чрезвычайной и кризисной ситуаций; возможности взаимоперехода данных ситуаций. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные. Кризис как состояние «невозможности» жизни в соответствии со сложившейся моделью жизненного мира. Потенциал кризиса и его роль в развитии личности. Проблемы дифференциальной диагностики кризисов. Виды и динамика кризисов. Субъекты экстремальной ситуации: специалисты, жертвы, пострадавшие, очевидцы (свидетели), наблюдатели, телезрители. Специфика психологической травматизации различных групп субъектов. Общие последствия влияния экстремальной ситуации на человека. Роль «значимых других» в совладании с экстремальной ситуацией и проживании личностью психологического кризиса.
2	Типология экстремальных ситуаций	Варианты классификации экстремальных ситуаций. Ограничения типологии экстремальных ситуаций, основанной на типологии чрезвычайных ситуаций. Экстремальные ситуации, связанные с военными действиями. Экстремальные ситуации, возникающие как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф. Специфика восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами ЧС. Экстремальные ситуации мирного времени. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация.
3	Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика	Понятие экстремального состояния. Основные параметры психических состояний. Особенности параметров экстремальных психических состояний. Подходы к выделению экстремальных психических состояний (К. Изард, С.Л. Соловьева, П.И. Сидоров и др.). Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника. Понятие и виды страха. Страх в контексте тревожного ряда (по Ф.Б. Березину). Понятие и формы аффекта. Последствия аффективных состояний. Понятие и виды паники. Механизм развития паники. Фрустрация и конфликт как составляющие экстремального состояния. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний. Динамика развития экстремальных состояний.
4	Стресс как основная составляющая экстремальных состояний	Понятие стресса в психологии и физиологии. Стресс как неспецифическая реакция организма (теория Г. Селье). Современные теории стресса (Лазарус, Дж. Эверли, Р. Розенфельд и др.). Когнитивная составляющая стресса. Виды стресса. Стадии развития стресса. Эмоциональные субсиндромы стресса. Кризис, психотравма и депривация как факторы развития стрессовых состояний (по П.И. Сидорову). Факторы развития психологического стресса по Ю.С. Шойгу. Уровни реакции человека на стресс. Понятие стрессоустойчивости. Факторы

1	2	3
		стрессоустойчивости человека. Специфика протекания стресса в экстремальной ситуации.
5	Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	Острое стрессовое расстройство как «нормальная реакция на ненормальную ситуацию». Основные признаки ОСР: непродолжительность (от нескольких часов до нескольких суток); наличие тревоги, гнева, страха, гиперактивности, апатии (присутствует, как правило, один из симптомов); наличие непосредственной связи между травматическим событием и симптомом. Этапы развития ОСР: неопределенность и шок; субъективное облегчение и конструктивное приспособление к ситуации; утяжеление состояния; примирение со сложившейся ситуацией (в идеале – принятие ситуации и конструктивная проработка травматического опыта). Причины и последствия слабой выраженности (или отсутствия) симптоматики ОСР в экстремальной ситуации. Последствия ОСР для жизни и здоровья человека.
6	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Соотношение понятий «острое стрессовое расстройство» и «посттравматическое стрессовое расстройство». Теоретические модели ПТСР. Причины развития травматического стресса. Факторы и группы риска развития ПТСР. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства. Формы ПТСР. Диагностические критерии ПТСР. Направления реабилитации ПТСР.
7	Горе как особое психофизиологическое состояние. Динамика горевания	Понятие горя и горевания. История исследования горя. «Печаль и меланхолия» З. Фрейда. Теория привязанности Дж. Боулби. Современные теории горя. Горе как следствие утраты. Типология утрат. Факторы, влияющие на процесс горевания. Нормальное и осложненное (патологическое) горе. Этнопсихологические особенности горевания. Динамика горевания. Проблема выделения стадий горевания. Острое горе: понятие, симптоматика, опасности стадии. «Работа горя»: понятие, основные задачи, симптоматика, опасности стадии. Психологическая помощь горюющему.
8	Базовые принципы и методы кризисного консультирования. Психологическое сопровождение в кризисной и экстремальной ситуации	Общие принципы работы с психологическим кризисом. Понятие кризисного консультирования. Цели и задачи кризисного консультирования. Базовые принципы кризисной интервенции по В.Ю. Меновщикову: безотлагательность, самоопределение, действие, ограничение целей, поддержка, фокусирование на решении основной проблемы кризиса, ориентация на образ кризисной ситуации, созданный клиентом, уверенность в себе. Алгоритм кризисного консультирования. Критерии эффективности кризисного консультирования. Понятие психологического сопровождения, принципы организации и этапы. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов. Необходимость выявления всех субъектов кризисной и экстремальной ситуации, организации работы с каждым из них по отдельности и групповой работы. Специфика психологического сопровождения при суммации отдельных кризисных, экстремальных ситуаций. Ошибки психологического сопровождения в кризисной, экстремальной ситуации и способы их предотвращения.

1	2	3
9	Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях	Общие вопросы психотерапии в кризисных и экстремальных ситуациях. Показания и противопоказания использования индивидуальной и групповой психотерапии. Суггестивная психотерапия. Психосинтез. Терапия, фокусированная на решении. Позитивная психотерапия. Гештальт-терапия. Когнитивно-поведенческая психотерапия. Символдрама (метод кататимного переживания образов). Транзактный анализ. Терапия искусством (арт-терапия). Креативная визуализация. Психодрама. Танцевально-двигательная терапия. Телесно-ориентированная психотерапия. Семейная психотерапия. Нейролингвистическое программирование (НЛП).
10	Психологическая помощь людям, переживающим возрастные кризисы	Понятие возрастного кризиса. Концепция возрастного развития Л.С. Выготского. Сравнительная характеристика критических и литических периодов развития. Современные взгляды на природу возрастных кризисов (Д.Б. Эльконин, К.Н. Поливанова, И.Г. Малкина-Пых и др.). Представления Э. Эриксона о кризисах возрастного развития. Схема анализа возрастного кризиса. Краткая характеристика кризисов развития в детском и подростковом возрастах (кризис одного года, трех лет, семи лет, предподростковый, кризис перехода к юности). Проблема выделения кризисов развития в зрелых возрастах. Концепция кризисов зрелости Г. Шиихи. Краткая характеристика кризисов зрелости, их отличие от кризисов детства и подростничества. Возрастные кризисы как основа анализа других видов кризисов. Базовые принципы и методы психологической помощи при работе с возрастными кризисами. Психологическая помощь детям, переживающим возрастные кризисы, и их родителям.
11	Психологическая помощь людям, переживающим нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития	Понятие профессионального развития. Этапы развития профессионала (концепции А.К. Марковой, Е.А. Климова, Н.С. Пряжникова и др.). Специфика кризисов и кризисных ситуаций профессионального развития. Концепция нормативных кризисов профессионального развития, предложенная Э.Ф. Зеером. Факторы, определяющие возникновение нормативных кризисов профессионального развития. Специфика предкритической, критической и посткритической фаз кризисов профессионального развития. Краткая характеристика кризисов профессионального развития по Э.Ф. Зееру. Кризисы профессионального развития, профессиональные деформации и профессиональные деструкции личности. Возможности и ограничения данной концепции при организации психологического сопровождения становления профессионала. Ненормативные профессиональные кризисы, связанные с увольнением, инвалидизацией, безработицей, исчезновением профессии. Условия, при которых данные события воспринимаются профессионалом как кризисные. Варианты благоприятного и неблагоприятного разрешения ненормативных профессиональных кризисов. Психологическая помощь при нормативных и ненормативных профессиональных кризисах.
12	Психологическая помощь людям, подвергшимся насилию	Понятие, критерии насилия. Виды насилия: психологическое, физическое, сексуальное. Понятие домашнего насилия. Насилие как макро- и микротравма. Особенности поведения людей, подвергшихся насилию. Базовые принципы работы с жертвами

1	2	3
		насилия. Приемы и методы оказания психологической помощи людям в первые часы и дни после насилия. Работа с отсроченными последствиями насилия. Вытесненное насилие: признаки, причины вытеснения, направления и приемы работы. Психотерапия при различных видах насилия. Специфика работы с детьми, подвергшимися насилию.
13	Базовые принципы и методы работы с утратой и горем	Понятие утраты в психологии. Явные и скрытые утраты. Психологические последствия явных и скрытых утрат. Факторы, позволяющие рассматривать утрату как кризис. Понятие экзистенциального кризиса («кризиса смысла жизни»). Горе как следствие утраты. Факторы, влияющие на процесс горевания. Варианты благоприятного и неблагоприятного разрешения кризиса. Психологическая помощь горюющему на различных этапах переживания утраты. Работа с родственниками человека, перенесшего утрату. Специфика детского горевания. Работа с горюющими детьми дошкольного, младшего школьного и подросткового возрастов.
14	Болезнь как кризис. Психологическая помощь в паллиативной медицине	Болезнь как состояние утраты. Факторы, позволяющие рассматривать тяжелую болезнь как кризисное состояние. Специфика восприятия болезни людьми с различными концепциями жизненного мира, различным жизненным опытом и т.д. Роль личностных особенностей в восприятии болезни как кризиса. Варианты благоприятного и неблагоприятного разрешения кризиса. Понятие паллиативной медицины. Психологическое сопровождение неизлечимых и терминальных больных. Психологическая помощь пациентам и сотрудникам хосписов.
15	Психологическая помощь в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях	Понятие и базовые принципы оказания экстренной психологической помощи. Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации. Задачи оказания экстренной психологической помощи. Дебрифинг. Помощь при страхе. Помощь при тревоге. Помощь при плаче. Помощь при истерике. Помощь при апатии. Помощь при чувстве вины и стыда. Помощь при двигательном возбуждении. Помощь при нервной дрожи. Помощь при гневе, злости, агрессии. Самопомощь при острых реакциях на стресс. Ограничения оказания психологической помощи в экстремальной ситуации.

6.2 Практические занятия

Тема 1. Понятие экстремальной и кризисной ситуации.

1. Понятие экстремальной, чрезвычайной и кризисной ситуаций.
2. Соотношение объективного и субъективного в восприятии ситуации как экстремальной.
3. Экстремальная ситуация и экстремальные условия деятельности.
4. Понятие кризиса и кризисного состояния.
5. Виды кризисов.
6. Динамика нормативных и ненормативных кризисов.
7. Общая характеристика субъектов экстремальной ситуации.
8. Специфика психологической травматизации различных групп субъектов.

Тема 2. Типология экстремальных ситуаций.

1. Типологии чрезвычайных и экстремальных ситуаций: общий обзор.

2. Экстремальные ситуации военного времени, их субъекты. Факторы, определяющие восприятие ситуации как экстремальной.
3. Боевые действия с позиции бойца. Факторы, определяющие восприятие ситуации как экстремальной.
4. Экстремальные ситуации как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф. Факторы, определяющие восприятие ситуации как экстремальной.
5. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация.
6. Утрата (близких, жилья, имущества и т.д.) как экстремальная ситуация.
7. Психофизиологическая адаптация к экстремальным условиям.

Тема 3. Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика.

1. Понятие экстремального состояния. Подходы к выделению экстремальных психических состояний.
2. Общая характеристика воздействия опасности на психику, поведение и деятельность человека.
3. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника.
4. Страх: понятие и виды страха; страх и тревога.
5. Понятие и формы аффекта.
6. Паника: понятие, виды, механизмы развития.
7. Фрустрация и конфликт как составляющие экстремального состояния.
8. Динамика развития экстремальных состояний.
9. Психофизиологическое состояние в условиях боя.
10. Психофизиологическое состояние жертв стихийных бедствий, аварий, катастроф.
11. Психофизиологическое состояние спасателей и ликвидаторов последствий стихийных бедствия, аварий, катастроф. Радиационная («чернобыльская») паника.
12. Психофизиологическое состояние жертв насилия.
13. Психофизиологическое состояние терминальных больных и их родственников.
14. Проблема готовности специалиста-психолога к работе с кризисными состояниями.

Практическое задание:

1) Просмотр видеофрагмента, отражающего действия субъектов экстремальной ситуации непосредственно в момент ситуации (по материалам сводок новостей и т.д.). Задача студентов – определить, какие психофизиологические состояния присутствуют у каждого из субъектов, письменно обосновать свои утверждения.

2) В микрогруппах по три человека проводится работа с описанием реакций людей на те или иные экстремальные ситуации (по материалам хрестоматий, периодической печати). Задача студентов – определить, какие психофизиологические состояния присутствуют у каждого из субъектов экстремальной ситуации, письменно обосновать свои утверждения.

Тема 4. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний.

1. Понятие стресса в психологии и физиологии.
2. Теории стресса.
3. Виды стресса. Ограничения существующих классификаций.
4. Стадии развития стресса.
5. Факторы развития стрессовых состояний.
6. Понятие, виды, факторы развития стрессоустойчивости.
7. Специфика протекания стресса в экстремальной ситуации.

Тема 5. Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.

1. Понятие и условия возникновения ОСР.

2. Диагностические признаки ОСР.
3. Этапы развития ОСР.
4. Причины и последствия слабой выраженности (или отсутствия) симптоматики ОСР в экстремальной ситуации.
5. Последствия ОСР для жизни и здоровья человека.
6. Работа с МКБ-10 и DSM-IV.

Тема 6. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.

1. Понятие психической травмы.
2. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).
3. Теоретические модели ПТСР.
4. Факторы и группы риска развития ПТСР.
5. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства.
6. Формы ПТСР.
7. Диагностические критерии ПТСР (работа с МКБ-10 и DSM-IV).
8. Возможности и направления психотерапии ПТСР.
9. Направления реабилитации ПТСР.
10. Методы диагностики ПТСР (практическая работа с методиками диагностики).

Тема 7. Горе как особое психофизиологическое состояние. Динамика горевания.

1. Психология горя как особая область науки и практики.
2. Теории горя и горевания.
3. Горе как следствие утраты. Типология утрат.
4. Факторы, влияющие на процесс горевания.
5. Нормальное и осложненное (патологическое) горе.
6. Стадии горевания (различные подходы).

Тема 8. Базовые принципы и методы кризисного консультирования. Психологическое сопровождение в кризисной и экстремальной ситуации.

1. Понятие, цели и задачи кризисного консультирования.
2. Базовые принципы кризисной интервенции.
3. Алгоритм кризисного консультирования.
4. Критерии эффективности кризисного консультирования.
5. Понятие, принципы организации и этапы психологического сопровождения.
6. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов.
7. Специфика психологического сопровождения при суммации отдельных кризисных, экстремальных ситуаций.
8. Ошибки психологического сопровождения в кризисной, экстремальной ситуации и способы их предотвращения.

Тема 9. Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях

1. Особенности психотерапии в кризисных и экстремальных ситуациях.
2. Суггестивная психотерапия.
3. Психосинтез.
4. Терапия, фокусированная на решении.
5. Позитивная психотерапия.
6. Гештальт-терапия.
7. Когнитивно-поведенческая психотерапия.
8. Символдрама (метод кататимного переживания образов).
9. Транзактный анализ.

10. Терапия искусством (арт-терапия).
11. Креативная визуализация.
12. Психодрама.
13. Танцевально-двигательная терапия.
14. Телесно-ориентированная психотерапия.
15. Нейролингвистическое программирование (НЛП).

Тема 10. Психологическая помощь людям, переживающим возрастные кризисы

1. Понятие возрастного кризиса. Теории возрастных кризисов.
2. Кризисы детского возраста: причины, содержание (ключевое противоречие кризиса), условия протекания (благоприятные и неблагоприятные), последствия.
3. Кризисы подросткового и юношеского возраста: причины, содержание (ключевое противоречие кризиса), условия протекания (благоприятные и неблагоприятные), последствия.
4. Проблема выделения кризисов развития в зрелых возрастах. Концепция кризисов зрелости Г. Шиихи.
5. Краткая характеристика кризисов зрелости, их отличие от кризисов детства и подростничества.
6. Особенности психологического консультирования лиц, переживающих возрастные кризисы.
7. Психологическое сопровождение возрастных кризисов.
8. Показания для психотерапии при работе с возрастными кризисами. Возможности и ограничения различных психотерапевтических направлений.

Практическое задание: составление таблицы, отражающей ключевые компоненты нормативных возрастных кризисов.

Тема 11. Психологическая помощь людям, переживающим нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития

1. Понятие профессионального развития. Этапы развития профессионала.
2. Концепция нормативных кризисов профессионального развития Э.Ф. Зеера.
3. Характеристика кризисов профессионального развития по Э.Ф. Зееру: причины, содержание (ключевое противоречие кризиса), условия протекания (благоприятные и неблагоприятные), последствия.
4. Ненормативные профессиональные кризисы: виды, причины, содержание (ключевое противоречие кризиса), условия протекания (благоприятные и неблагоприятные), последствия.
5. Особенности психологического консультирования лиц, переживающих профессиональные кризисы.
6. Психологическое сопровождение нормативных и ненормативных профессиональных кризисов.
7. Показания для психотерапии при работе с профессиональными кризисами. Возможности и ограничения различных психотерапевтических направлений.

Практическое задание: составление таблицы, отражающей ключевые компоненты нормативных и ненормативных кризисов профессионального развития.

Тема 12. Психологическая помощь людям, подвергшимся насилию

1. Понятие, критерии насилия.
2. Особенности психофизиологического состояния лиц, подвергшихся психологическому (эмоциональному) насилию.
3. Особенности психофизиологического состояния лиц, подвергшихся сексуальному насилию.
4. Психофизиологическое состояние жертв физического насилия.

5. Приемы и методы оказания психологической помощи людям в первые часы и дни после насилия.
6. Работа с отсроченными последствиями насилия.
7. Психотерапия при различных видах насилия.
8. Специфика работы с детьми, подвергшимися насилию.

Тема 13. Базовые принципы и методы работы с утратой и горем

1. Понятие утраты в психологии. Виды утрат. Факторы, позволяющие рассматривать утрату как кризис.
2. Понятие экзистенциального кризиса («кризиса смысла жизни»). Горе как следствие утраты.
3. Понятие горя и горевания.
4. Динамика горевания.
5. Психологическая помощь горюющему на различных этапах нормального горевания.
6. Особенности психологической помощи при работе с осложненным гореванием.
7. Этнопсихологические особенности горевания.
8. Психологическая помощь горюющим детям.
9. Специфика психологической помощи при работе со скрытыми утратами.

Тема 14. Болезнь как кризис. Психологическая помощь в паллиативной медицине

1. Болезнь (травма) как кризисное состояние.
2. Неизлечимая болезнь: психологическое сопровождение.
3. Паллиативная медицина и психотерапия.
4. Психология терминальных состояний.
5. Психологические аспекты сообщения и принятия диагноза.
6. Психотерапия терминальных больных.
7. Психологическая и психотерапевтическая работа с родственниками терминальных больных.
8. Работа психолога в хосписе.

Тема 15. Психологическая помощь в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

1. Понятие и базовые принципы оказания психологической помощи в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.
2. Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации.
3. Требования к методам оказания экстренной психологической помощи.
4. Психологическая помощь жертвам (пострадавшим) стихийных бедствий и катастроф.
5. Особенности оказания психологической помощи беженцам и вынужденным переселенцам.
6. Психологическая помощь вынужденным участникам боевых действий.
7. Психологическая помощь специалистам, работающим в экстремальных ситуациях.
8. Профилактика развития ПТСР у субъектов экстремальных (чрезвычайных) ситуаций.

6.3 Лабораторные занятия

Тема 8. Базовые принципы и методы кризисного консультирования. Психологическое сопровождение в кризисной и экстремальной ситуации.

Задание:

1) В микрогруппах по три человека отрабатывается алгоритм кризисного консультирования, с которым студенты знакомятся на лекции. Один из членов микрогруппы выступает в роли клиента, переживающего кризис, второй – в роли психолога, третий – супервизора. Затем оформляется краткий отчет о проделанной работе.

2) В микрогруппах по 3-4 человека разрабатывается программа психологического сопровождения человека, переживающего кризис (находящегося в кризисной ситуации). Каждая группа получает индивидуальное задание. Затем оформляется краткий отчет о проделанной работе.

Тема 12. Психологическая помощь людям, подвергшимся насилию

Задание:

1) В микрогруппах по три человека проводится работа с описанием реакций людей на те или иные насильственные действия в отношении их. Задача студентов – определить, какие психофизиологические состояния присутствуют у каждого из субъектов экстремальной ситуации, описать реакции жертвы насилия. Затем оформляется краткий отчет о проделанной работе.

2) Разработка плана экстренной помощи жертвам насилия (для отдельного вида насилия).

Тема 13. Базовые принципы и методы работы с утратой и горем

Задание:

1) В микрогруппах по три человека проводится обсуждение реального случая утраты. Один из членов микрогруппы выступает в роли клиента, второй – в роли психолога, третий – супервизора. Затем оформляется краткий отчет о проделанной работе.

2) В микрогруппах по 3-4 человека разрабатывается программа психологической помощи человеку, переживающему утрату (на примере конкретной явной или скрытой утраты).

Тема 15. Психологическая помощь в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.

Задание:

1) Отработка методов оказания экстренной психологической помощи в различных ситуациях и при различных состояниях (работа осуществляется в микрогруппах с периодическим общегрупповым обсуждением).

2) Отработка психотерапевтических приемов, применимых при оказании экстренной психологической помощи (работа осуществляется в микрогруппах с периодическим общегрупповым обсуждением).

3) Отработка процедуры дебрифинга. Группа заранее получает задание ознакомиться с описанием процедуры (см. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях – М.: Эксмо, 2005. – С. 51-56). В начале занятия распределяются роли участников (психологи и пострадавшие), описывается гипотетическая экстремальная ситуация. Далее работа выстраивается в соответствии со стандартным алгоритмом проведения дебрифинга. По итогам занятия каждый из участников составляет краткий письменный самоотчет.

7. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

№ п/п	Наименование темы	Форма (вид) самостоятельной работы	Трудоемкость в акад. часах
1	2	3	4
1	Понятие экстремальной и кризисной ситуации	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию	8

1	2	3	4
		3. Составление сравнительной характеристики чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуаций	
2	Типология экстремальных ситуаций	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию 3. Краткое сообщение о конкретной экстремальной ситуации и ее психологический анализ: тип, масштаб, субъекты и т.д.	8
3	Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию 3. Подбор иллюстративного материала к вопросам 9 – 13 практического занятия (по данным СМИ, Интернет, специализированных периодических изданий).	9
4	Стресс как основная составляющая экстремальных состояний	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию 3. Подготовка памятки по преодолению стрессовых состояний	8
5	Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию 3. Работа с МКБ-10 и DSM-IV.	8
6	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию 3. Работа с МКБ-10 и DSM-IV.	8
7	Горе как особое психофизиологическое состояние. Динамика горевания	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию	8,8
8	Базовые принципы и методы кризисного консультирования. Психологическое сопровождение в кризисной и экстремальной ситуации	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию 3. Составление развернутого алгоритма психологического сопровождения в кризисной ситуации 4. Подготовка отчета о лабораторной работе	9
9	Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию (включая подготовку к демонстрации конкретной психотерапевтической техники)	9
10	Психологическая помощь людям, переживающим возрастные кризисы	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию	9
11	Психологическая помощь людям, переживающим нормативные и ненормативные	1. Выполнение заданий, полученных на лекции 2. Подготовка к практическому занятию	8

1	2	3	4
	кризисы профессионального развития		
12	Психологическая помощь людям, подвергшимся насилию	1.Выполнение заданий, полученных на лекции 2.Подготовка к практическому занятию 3.Подготовка отчета о лабораторной работе	8
13	Базовые принципы и методы работы с утратой и горем	1.Выполнение заданий, полученных на лекции 2.Подготовка к практическому занятию 3.Подготовка отчета о лабораторной работе	9
14	Болезнь как кризис. Психологическая помощь в паллиативной медицине	1.Выполнение заданий, полученных на лекции 2.Подготовка к практическому занятию	8
15	Психологическая помощь в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях	1.Выполнение заданий, полученных на лекции 2.Подготовка к практическому занятию 3.Подготовка отчета о лабораторной работе 4.Написание самоотчета по дебрифингу	9
		ИТОГО	126,8

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

1. Павлова, Е.В. Психология экстремальных ситуаций и состояний [Электронный ресурс]: учеб.-метод. пособие / Е.В. Павлова; АмГУ, ФСН. – Благовещенск: Изд-во Амур. гос. ун-та, 2014. – 198 с. Режим доступа: http://irbis.amursu.ru/DigitalLibrary/AmurSU_Edition/6945.pdf

2. Психология экстремальных ситуаций и состояний (психологическая помощь) [Электронный ресурс]: сб. учеб.-метод. материалов для спец. 37.05.01 Клиническая психология / АмГУ, ФСН; сост. Е.В. Павлова. – Благовещенск: Изд-во Амур. гос. ун-та, 2017. – Режим доступа: http://irbis.amursu.ru/DigitalLibrary/AmurSU_Edition/8819.pdf

8. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

В процессе преподавания данной учебной дисциплины активно используются следующие образовательные технологии: лекции, лекции с элементами беседы, практические занятия, лабораторные работы, самостоятельная работа студентов. При проведении занятий целенаправленно используется работа в микрогруппах с последующим общим обсуждением, работа со специальной литературой, материалами периодических изданий и Интернет. Тематика и формы занятий, проводимых в интерактивной форме, отражено в таблице.

№ п/п	Наименование темы	Форма занятия
1	2	3
1	Понятие экстремальной и кризисной ситуации	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия
2	Типология экстремальных ситуаций	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия
3	Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Выполнение практических заданий в микрогруппах

1	2	3
4	Стресс как основная составляющая экстремальных состояний	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия
5	Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия
6	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия
7	Горе как особое психофизиологическое состояние. Динамика горевания	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия
8	Базовые принципы и методы кризисного консультирования. Психологическое сопровождение в кризисной и экстремальной ситуации	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Выполнение лабораторной работы в микрогруппах
9	Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Выполнение практических заданий в микрогруппах
10	Психологическая помощь людям, переживающим возрастные кризисы	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Выполнение практических заданий в микрогруппах
11	Психологическая помощь людям, переживающим нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Выполнение практических заданий в микрогруппах
12	Психологическая помощь людям, подвергшимся насилию	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Выполнение лабораторной работы в микрогруппах
13	Базовые принципы и методы работы с утратой и горем	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Выполнение лабораторной работы в микрогруппах
14	Болезнь как кризис. Психологическая помощь в паллиативной медицине	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия
15	Психологическая помощь в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях	Лекция с элементами беседы Обсуждение докладов в соответствии с планом практического занятия Практикум по оказанию экстренной психологической помощи (лабораторная работа)

9. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания, типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций, а также методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений и навыков, отражены в фонде оценочных средств по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций и состояний (психологическая помощь)».

Текущий контроль успеваемости по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций и состояний (психологическая помощь)» осуществляется по следующим направлениям:

- 1) блиц-опрос в начале лекции по ранее изученному материалу;
- 2) устный опрос студентов на практических занятиях;
- 3) проведение письменных проверочных работ;
- 4) контроль самостоятельной работы.

Промежуточная аттестация осуществляется в форме зачета (5 семестр) и экзамена (6 семестр).

Вопросы к зачету

1. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.

2. Типология экстремальных ситуаций.

3. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные.

4. Субъекты экстремальной ситуации: виды и специфика психологической травматизации.

5. Последствия влияния экстремальной ситуации на человека.

6. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.

7. Соотношение понятий: фрустрация, стресс, конфликт, кризис.

8. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов: определение, причины возникновения, динамика, варианты исхода.

9. Экстремальные ситуации, связанные с военными действиями.

10. Экстремальные ситуации, возникающие как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф.

11. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация.

12. Психология терроризма.

13. Экстремальное состояние: понятие и основные параметры.

14. Подходы к выделению экстремальных психических состояний.

15. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации.

16. Понятие тревоги и страха. Тревожный ряд.

17. Понятие и виды паники. Механизм развития паники.

18. Динамика развития экстремальных состояний.

19. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний: понятие, виды, динамика.

20. Теории стресса.

21. Факторы развития стресса (сравнение различных подходов).

22. Понятие стрессоустойчивости. Факторы стрессоустойчивости человека.

23. Копинг-поведение и защитные механизмы как формы совладания со стрессом.

24. Понятие и основные признаки острого стрессового расстройства.

25. Динамика развития ОСР.

26. Причины и последствия слабой выраженности (или отсутствия) симптоматики ОСР в экстремальной ситуации.

27. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Теоретические модели ПТСР.

28. Факторы и группы риска развития ПТСР. Формы ПТСР.

29. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства.

30. Диагностические критерии ПТСР.

31. Горе и горевание. Теории горя.

32. Горе как следствие утраты. Типология утрат.

33. Факторы, влияющие на процесс горевания.

34. Нормальное и осложненное (патологическое) горе.

35. Стадии горевания (различные подходы). Психологическая помощь горюющему.

Вопросы к экзамену

1. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.

2. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов.

3. Нормативные возрастные кризисы детства.

4. Нормативные возрастные кризисы отрочества, юности и молодости.

5. Нормативные возрастные кризисы зрелости.

6. Нормативные профессиональные кризисы.

7. Ненормативные кризисы профессионального развития.

8. Особенности диагностики и консультирования при сочетанном воздействии нескольких кризисов.

9. Кризис как следствие воздействия экстремальной ситуации.

10. Острое стрессовое расстройство и ПТСР как факторы развития кризисных состояний.

11. Болезнь как кризис.

12. Утрата как составляющая нормативных и ненормативных кризисов. Виды утрат.

13. Понятие суицида. Теории суицидального поведения.

14. Факторы суицидального риска. Проблема прогнозирования суицидов и диагностики склонности к суициду.

15. Понятие психологического сопровождения. Принципы организации и этапы психологического сопровождения.

16. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов.

17. Психологическое сопровождение возрастных кризисов.

18. Психологическое сопровождение профессиональных кризисов.

19. Ошибки психологического сопровождения в кризисной ситуации и способы их предотвращения.

20. Понятие, цели и задачи кризисного консультирования.

21. Базовые принципы кризисной интервенции.

22. Специфика консультирования при нормативном и ненормативном кризисах.

23. Алгоритм кризисного консультирования различных субъектов кризисной ситуации.

24. Критерии эффективности кризисного консультирования.

25. Психотерапия в кризисных и экстремальных ситуациях: общая характеристика.

26. Показания для психотерапии при работе с возрастными кризисами. Возможности и ограничения различных психотерапевтических направлений.

27. Показания для психотерапии при работе с профессиональными кризисами. Возможности и ограничения различных психотерапевтических направлений.

28. Болезнь (травма) как кризисное состояние. Психология терминальных состояний.

29. Паллиативная медицина и психотерапия. Психотерапия терминальных больных.

30. Психологическая и психотерапевтическая работа с родственниками терминальных больных.
31. Психологическая помощь жертвам (пострадавшим) стихийных бедствий и катастроф.
32. Психологическая помощь жертвам насилия (общая характеристика).
33. Приемы и методы оказания психологической помощи людям в первые часы и дни после насилия.
34. Работа с отсроченными последствиями насилия.
35. Специфика работы с детьми, подвергшимися насилию.
36. Особенности оказания психологической помощи беженцам и вынужденным переселенцам.
37. Психологическая помощь вынужденным участникам боевых действий.
38. Психологическая помощь специалистам, работающим в экстремальных ситуациях.

10. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) основная литература:

1. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций: учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. – М.: Юрайт, 2020. – 303 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-9916-9094-2. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/451164>.

2. Шарапов, А. О. Кризисная психология: учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. И. Шех. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2020. – 538 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11580-2. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/457087>.

б) дополнительная литература:

1. Дереча, В. А. Психогенные переживания и расстройства: учебное пособие для вузов / В. А. Дереча, Г. И. Дереча. – М.: Юрайт, 2020. – 195 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-13275-5. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/457370>.

2. Кадыров, Р. В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): учебник и практикум для вузов / Р. В. Кадыров. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Юрайт, 2020. – 644 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-12558-0. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/447807>.

3. Психология служебной деятельности: учебник и практикум для вузов / А. В. Кокурин [и др.]; под общей редакцией А. В. Кокурина, В. Е. Петрова, В. И. Екимовой, В. М. Позднякова. – М.: Юрайт, 2020. – 375 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-12931-1. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/448574>.

4. Решетников, М. М. Психическая травма: учебное пособие для вузов / М. М. Решетников. – 2-е изд. – М.: Юрайт, 2020. – 200 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-05650-1. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/454673>.

5. Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях: учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. – М.: Юрайт, 2020. – 192 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-08656-0. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/454620>.

6. Шарапов, А. О. Экстренная психологическая помощь: учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. В. Логинова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Юрайт, 2020. – 212 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11584-0. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <https://urait.ru/bcode/457086>.

в) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

№ п/п	Наименование ресурса	Краткая характеристика
1	2	3
1	Электронная библиотечная система «IPRbooks» www.iprbookshop.ru	В ЭБС предоставлен доступ к изданиям по всем основным направлениям знаний (естественным, техническим, медицинским, общественным и гуманитарным наукам). ЭБС предназначена для использования в процессе обучения в высшей школе, как студентами и преподавателями, так и специалистами
2	Электронная библиотечная система «Юрайт» https://www.biblio-online.ru/	Фонд электронной библиотеки составляет более 4000 наименований и постоянно пополняется новинками, в большинстве своем это учебники и учебные пособия для всех уровней профессионального образования от ведущих научных школ с соблюдением требований новых ФГОСов
3	Операционная система MS Windows 7 Pro Education	DreamSpark Premium Electronic Software Delivery (3 years) Renewal по договору - Сублицензионный договор № Tr000074357/КНВ 17 от 01 марта 2016 года
4	LibreOffice	Бесплатное распространение по лицензии GNU GPL-2.0 https://ru.libreoffice.org/about-us/license/

г) профессиональные базы данных и информационные справочные системы

№п/п	Наименование	Описание
1	2	3
1	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU	Российский информационно-аналитический портал в области науки, технологии, медицины и образования
2	Google Scholar	Поисковая система по полным текстам научных публикаций всех форматов и дисциплин
3	Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ).	Система предназначена для исследований и учебных курсов в области экономики, управления, социологии, лингвистики, философии, филологии, международных отношений и других гуманитарных наук
4	Psylab.info	Энциклопедия психодиагностики. На портале собраны все диагностические и экспериментальные методы и методики, необходимые в работе, как практических психологов, так и психологов-исследователей, биографии известных психологов, психологические статьи

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Для понимания материала и его качественного усвоения студентам рекомендуется придерживаться следующей последовательности действий:

- после прослушивания лекции и окончания учебных занятий, при подготовке к занятиям следующего дня, нужно сначала просмотреть и обдумать текст лекции, прослушанной сегодня (10-15 минут);
- при подготовке к лекции следующего дня нужно просмотреть текст предыдущей лекции, подумать о том, какая может быть тема следующей лекции (10-15 минут);
- в течение недели выбрать время для работы с литературой в библиотеке.

При подготовке к практическим занятиям необходимо сначала прочитать основные понятия и подходы по теме домашнего задания. При выполнении упражнения или задачи нужно сначала понять, что требуется в задаче, какой теоретический материал нужно использовать, наметить план решения задачи.

Рекомендации по работе с литературой

Теоретический материал курса становится более понятным, когда дополнительно к прослушиванию лекции и изучению конспекта, изучаются и книги. Легче освоить курс придерживаясь одного учебника и конспекта. Рекомендуется, кроме «заучивания» материала, добиться состояния понимания изучаемой темы дисциплины. С этой целью рекомендуется после изучения очередного параграфа выполнить несколько простых упражнений на данную тему. Кроме того, очень полезно мысленно задать себе следующие вопросы (и попробовать ответить на них): о чем этот параграф?, какие новые понятия введены, каков их смысл?, что даст это на практике?.

Рекомендации по выполнению лабораторных работ

Лабораторные работы предполагают отработку умений, сформированных на практических занятиях. Для успешного выполнения работы вначале необходимо повторить теоретический материал по соответствующей теме. При первом прочтении выделяются смысловые блоки для дальнейшего анализа. При повторном прочтении определяются точные формулировки ответов на вопросы для анализа. Отчет о лабораторной работе оформляется письменно и сдается на проверку непосредственно после занятия.

Рекомендации по подготовке к зачету

При подготовке к зачёту студент должен правильно и рационально распланировать свое время, чтобы успеть качественно и на высоком уровне подготовиться к ответам по всем вопросам. Зачёт призван побудить студента получить дополнительно новые знания. Во время подготовки к зачёту студенты также систематизируют знания, которые они приобрели при изучении разделов курса. Это позволяет им уяснить логическую структуру курса, объединить отдельные темы в единую систему. Рекомендуемые учебники и специальная литература при изучении курса, имеются в рекомендованном списке литературы в рабочей программе по данному курсу, также их называет студентам преподаватель на обзорной лекции.

Студент в целях получения качественных и системных знаний должен начинать подготовку к зачёту задолго до его проведения, лучше с самого начала лекционного курса. Целесообразно при изучении курса пользоваться рабочей программой.

Самостоятельная работа по подготовке к зачёту во время сессии должна планироваться студентом, исходя из общего объема вопросов, вынесенных на зачёт и дней, отведенных на подготовку к зачёту. При этом необходимо, чтобы последний день или часть его, был выделен для дополнительного повторения всего объема вопросов в целом. Это позволяет студенту самостоятельно перепроверить уровень усвоения материала. Важно иметь в виду, что для целей воспроизведения материала учебного курса большую вспомогательную роль может сыграть информация, которая содержится в рабочей программе курса.

Рекомендации по подготовке к экзамену

При подготовке к экзамену необходимо правильно и рационально распланировать свое время, чтобы успеть качественно и на высоком уровне подготовиться к ответам по всем вопросам. Экзамен призван побудить обучающихся получить дополнительно новые знания. Во время подготовки обучающиеся также систематизируют знания, которые они приобрели при изучении разделов курса. Это позволяет им уяснить логическую структуру курса, объединить отдельные темы в единую систему. Рекомендуемые учебники и специальная литература для изучения курса имеются в рекомендованном списке литературы в рабочей программе, также их называет преподаватель на обзорной лекции.

Самостоятельная работа по подготовке к экзамену во время сессии должна

планироваться студентом, исходя из общего объема вопросов, вынесенных на экзамен и дней, отведенных на подготовку. При этом необходимо, чтобы последний день или часть его, был выделен для дополнительного повторения всего объема вопросов в целом. Это позволяет самостоятельно перепроверить уровень усвоения материала. Важно иметь в виду, что для целей воспроизведения материала учебного курса большую вспомогательную роль может сыграть информация, которая содержится в рабочей программе курса.

12. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В процессе чтения курса используются лекционные аудитории (оборудованные видеопроекционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном и имеющие выход в сеть Интернет), помещения для проведения занятий семинарского типа и лабораторных занятий (оборудованные учебной мебелью), библиотека (имеющая рабочие места для студентов, оснащенные компьютерами с доступом к базам данных и сети Интернет).

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в помещениях, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной подготовки, практической и научно-исследовательской работы обучающихся, которые предусмотрены учебным планом и соответствуют действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

