

|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                           |                      |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
|  | Министерство просвещения Российской Федерации                                                                                                                                                             |                      |
|                                                                                   | Федеральное государственное бюджетное<br>образовательное учреждение<br>высшего образования<br>«Чеченский государственный педагогический<br>университет»<br>Институт педагогики, психологии и дефектологии |                      |
|                                                                                   | Рабочая программа дисциплины                                                                                                                                                                              | СМК ПСП-12-<br>28-12 |
|                                                                                   |                                                                                                                                                                                                           | Лист 20              |

**УТВЕРЖДАЮ»**

**Директор ИПП и Д**



### **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ 03.01 Психология посттравматического стресса и совладающего поведения**

**лиц с ОВЗ**

Направление подготовки

44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование

Профили «Специальная психология»

Квалификация выпускника

Бакалавр

Форма обучения: очная (заочная)

Грозный, 2020

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ 03.01 Психология посттравматического стресса и совладающего поведения лиц с ОВЗ составлена с учетом требований Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 22.02.2018 № 123

Разработчик:

Доцент, кандидат психологических наук  
кафедры специальной психологии и ДД



И. С-А. Хажуев

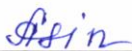
Рабочая программа обсуждена и одобрена на заседании кафедры специальной психологии и ДД ФГБОУ ВО ЧГПУ от 26 августа 2020 г., протокол № 1.

Зав. кафедрой, доцент, кандидат психологических наук \_\_\_\_\_



М.З. Газиева

Директор ИППид \_\_\_\_\_



С.А. Алиева

### **1. Цель изучения дисциплины**

- Знакомство студентов с клиническими и психологическими признаками различных форм психических нарушений при переживании острых стрессовых реакций посттравматического характера.
- Овладение студентами методами диагностики, профилактики и коррекции кризисных состояний посттравматического характера у наиболее незащищенных слоев общества – лиц с ограниченными возможностями здоровья.
- Расширить взгляды обучающихся на практическую деятельность психологов.

### **2. Задачи дисциплины**

- Создать у студентов целостное представление об особенностях формирования феноменов посттравматического стресса и механизмах их преодоления посредством выработки разнообразных стратегий защиты и совладания;
- Обеспечить тесную взаимосвязь теоретического и практического курсов обучения;
- Способствовать формированию у студентов навыков психологической коррекции неадаптивных форм защиты и совладания у лиц с ОВЗ переживших травматический стресс различной этиологии.

### **3. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы (ОПОП)**

Дисциплина «Психология посттравматического стресса и совладающего поведения лиц с ОВЗ» относится к модулю Б1.В.ДВ.02 «Образование и психолого–педагогическая реабилитация лиц с ОВЗ» учебного плана дисциплин по выбору.

Дисциплина «Психология посттравматического стресса и совладающего поведения лиц с ОВЗ» в силу занимаемого ей места в ФГОС ВО, ОПОП ВО и учебном плане по направлению подготовки 44.03.03 Специальное (дефектологическое) образование предполагает взаимосвязь с другими изучаемыми дисциплинами.

В качестве «входных» знаний дисциплины «Психология посттравматического стресса и совладающего поведения лиц с ОВЗ» используются знания и умения, полученные обучающимися при изучении дисциплин «Психология», «Специальная психология», «Психолого-педагогическая диагностика лиц с ОВЗ».

Дисциплина «Психология посттравматического стресса и совладающего поведения лиц с ОВЗ» может являться предшествующей при изучении дисциплин:

- Преддипломная практика
- Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

### **4. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины**

Компетенции, закрепленные за дисциплиной: ОПК – 6; ПК – 3; ПК - 4

#### ***а) общекультурные компетенции***

не предусмотрены

#### ***б) общепрофессиональные компетенции***

**ОПК – 6** Способность использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями.

#### ***в) профессиональные компетенции***

**ПК – 3** Способен проводить психолого-педагогическое изучение особенностей психофизического развития, образовательных возможностей, потребностей и достижений лиц с ОВЗ;

**ПК -4** Способен осуществлять консультирование и психолого-педагогическое сопровождение лиц с ОВЗ, членов их семей и представителей заинтересованного окружения по вопросам образования, развития, семейного воспитания и социальной адаптации.

### Планируемые результаты обучения

| Код компетенции                     | Формулировка компетенции                                                                                                                                                                                                     | Индикаторы достижения компетенции                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|-------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ОПК – 6                             | Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями | <p><b>знать:</b><br/>способы и методы психолого-педагогического изучения, обучающихся в образовательном процессе; закономерности физиологического и психического развития ребенка и особенности их проявления в образовательном процессе в разные возрастные периоды; основные направления проектирования индивидуальных образовательных маршрутов совместно с обучающимися; методы психологической и педагогической диагностики в целях индивидуализации обучения;</p> <p><b>уметь:</b><br/>учитывать в педагогическом взаимодействии особенности индивидуального развития обучающихся; использовать в своей профессиональной деятельности методы психолого-педагогической диагностики изучения обучающихся; использовать личный жизненный опыт обучающихся и результаты их учебной деятельности при проектировании индивидуальных образовательных маршрутов;</p> <p><b>владеть:</b><br/>педагогическими технологиями, направленными на разностороннее развитие личности каждого обучающегося; способами индивидуализации процесса воспитания на уроке и в системе дополнительного образования; приемами психолого-педагогической диагностики, направленной на работу с обучающимися с особыми образовательными потребностями.</p> |
| <b>Профессиональные компетенции</b> |                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |
| ПК - 3                              | Способен проводить психолого-педагогическое                                                                                                                                                                                  | <p><b>знать:</b><br/>принципы и технологии психолого-</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |

|       |                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|-------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|       | <p>изучение особенностей психофизического развития, образовательных возможностей, потребностей и достижений лиц с ОВЗ.</p>                                                                                                                     | <p>педагогического изучения лиц с ОВЗ на разных этапах онтогенеза с целью выявления особенностей их развития и осуществления комплексного сопровождения; специфику организации и содержания психолого-педагогического изучения лиц с ОВЗ.</p> <p><b>уметь:</b></p> <p>анализировать документацию и результаты комплексного обследования лиц с ОВЗ; формулировать выводы, интерпретировать результаты диагностики лиц с ОВЗ; знать основные психометрические требования, предъявляемые к диагностическому инструментарию; составлять психолого-педагогическое заключение, отражающее результаты обследования и психолого-педагогической диагностики, рекомендации по коррекционной работе, по построению индивидуального образовательного маршрута, программы реабилитации лиц с ОВЗ.</p> <p><b>владеть:</b></p> <p>технологиями диагностики нарушений и психолого-педагогического изучения особенностей лиц с ОВЗ на разных этапах онтогенеза.</p> |
| ПК -4 | <p>Способен осуществлять консультирование и психолого-педагогическое сопровождение лиц с ОВЗ, членов их семей и представителей заинтересованного окружения по вопросам образования, развития, семейного воспитания и социальной адаптации.</p> | <p><b>знать:</b></p> <p>принципы и технологии консультирования лиц с ОВЗ, родителей (законных представителей) детей с ОВЗ по вопросам организации и реализации индивидуальных образовательных и реабилитационных психолого-педагогических программ.</p> <p><b>уметь:</b></p> <p>на основе результатов диагностики характеризовать факторы риска возникновения нарушений в развитии; осуществлять консультирование родителей (законных представителей), членов семей лиц группы риска, а также заинтересованных участников образовательного процесса по вопросам профилактики нарушений в развитии.</p> <p><b>владеть:</b></p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                           |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | приемами общения с родителями (законными представителями), членами семей и обсуждения с ними результатов диагностики; технологиями психолого-педагогического сопровождения и консультирования лиц с ОВЗ, членов их семей. |
|--|--|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 5. Объем дисциплины и виды учебной работы

| Виды учебных занятий                        | Трудоемкость |           |             |           |
|---------------------------------------------|--------------|-----------|-------------|-----------|
|                                             | Очно         |           | Заочно      |           |
|                                             | зач. ед.     | час.      | зач. ед.    | час.      |
| <b>ОБЩАЯ</b> трудоемкость по учебному плану | <b>2</b>     | <b>72</b> | <b>2</b>    | <b>72</b> |
| <b>Контактные часы</b>                      | <b>0,77</b>  | <b>28</b> | <b>0,11</b> | <b>4</b>  |
| Лекции (Л)                                  | 0,38         | 14        | 0,05        | 2         |
| Семинары (С)                                | 0            | 0         | 0           | 0         |
| Практические занятия (ПЗ)                   | 0,38         | 14        | 0,05        | 2         |
| Лабораторные работы (ЛР)                    | 0            | 0         | 0           | 0         |
| <b>Промежуточная аттестация:</b> зачет      | 0            | 0         | 0,11        | 4         |
| <b>Самостоятельная работа (СРС)</b>         | <b>1,22</b>  | <b>44</b> | <b>1,77</b> | <b>64</b> |

## 6. Структура и содержание дисциплины

### 6.1. Структура дисциплины

| № | Наименование темы (раздела)                             | Содержание темы (раздела)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
|---|---------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1 | Теория стресса и современные концепции изучения стресса | Основные научные подходы к стрессу на современном этапе. Соотношение понятий «стресс», «травматический стресс» и «посттравматическое стрессовое расстройство». Междисциплинарные связи психологии стресса. Научный, общекультурный подходы к стрессу. История изучения стресса. Различные подходы к изучению стресса: психофизиологический, психологический: отечественная психологическая школа. Изучения стресса с позиций общей психологии, социальной психологии, возрастной психологии. Основные понятия психологии стресса. История развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии. «Триада признаков» стресса по Г.Селье, физиологические механизмы возникновения. Понятие общего адаптационного синдрома, уровни адаптации. Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье. Зависимость уровня исполнения от степени активации и напряженности деятельности, фактор сложности задачи. Основные принципы классической теории (не специфичность ответа, фазы приспособления, ресурсы адаптации), привнесенные в область психологического изучения стресса. Стресс и дистресс. Типы реакции на стресс. Изучение стресса в |

| № | Наименование темы (раздела)                                           | Содержание темы (раздела)                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
|---|-----------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|   |                                                                       | экспериментах на животных                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |
| 2 | Посттравматическое стрессовое расстройство                            | <p>Диагностические критерии ПТСР. Понятие о психической травме. Теоретические модели ПТСР. Типы реагирования в экстремальной ситуации. Стресс и дистресс. Типы реакции на стресс. Абсолютная и относительная экстремальность. Опосредующие факторы развития экстремальных состояний (новизна, интенсивность, потенциальная угроза, субъективная значимость, сложность поведенческих задач). Посттравматический синдром (ПТСР). Определение, причины эпидемиология ПТСР. Условия возникновения ПТСР. Профилактика ПТСР. Причины суицида. Виды суицидального поведения. Предвестники. Работа с суицидентами.</p>                                                          |
| 3 | Методы и методики психодиагностики ПТСР                               | <p>Проблемы диагностики ПТСР. Методы и методики диагностики ПТСР.СКИД. Клиническая диагностическая шкала. Шкала оценки тяжести воздействия травматического события. Миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций. Шкала Дерогатиса. MMPI. Шкала оценки тяжести боевого опыта Т. Кина. ОТС И.О. Котенева.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| 4 | Психологические последствия переживания психической травмы            | <p>Классификация психотравмирующих событий. Диссоциация и ПТСР. События, связанные с военными действиями. Диагностика ПТСР у участников военных действий. Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях. Психологические последствия насилия у детей. Социальные проблемы коррекции ПТСР. Способы и техники психологической помощи при стрессе. Способы непосредственного воздействия на состояние человека в зависимости от вида стресса. Внешние приемы воздействий: специальная тренировка, питание, фармакотерапия, функциональная музыка, средства мультимедиа. Методы психологической саморегуляции состояний (психотерапевтическая традиция).</p> |
| 5 | Психогении в экстремальных ситуациях. Механизмы и защиты и совладания | <p>Психогенные расстройства, наблюдаемые ввремя и после экстремальных ситуаций. Наиболее типичные проявления непсихотических (невротических) расстройств. Периоды развития ситуации, в которых наблюдаются различные психогенные нарушения. Основные факторы, влияющие на развитие и компенсацию психических расстройств при чрезвычайных ситуациях. Основные представления о механизмах психологической защиты. Основные представления о копинг-механизмах. Соотношение механизмов психологической защиты и совладающего поведения. Виды совладающего поведения. Эмоциональное выгорание.</p>                                                                          |

| № | Наименование темы (раздела)                                      | Содержание темы (раздела)                                                                                                                                                                                                                                     |
|---|------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6 | Психотерапия посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) | Общие подходы к психотерапии ПТСР. Основные стадии актуального посттравматического состояния. Правила работы с группой. Основные психотерапевтические методы работы при ПТСР. Групповая психотерапия как наиболее часто применяемый формат при работе с ПТСР. |

## 6.2. Разделы дисциплин и виды занятий

Очная форма обучения - аудиторные занятия – 28 ч. (14 -лекции, 14 -практические), самостоятельная работа – 44 ч., форма контроля – зачет.

| Раздел       | Наименование раздела дисциплины                                                   | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/з.е.) |     |          |         |     |
|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|---------|-----|
|              |                                                                                   | Итого                                                                                       | Лек | Сем/прак | Лаб.зан | СРС |
| 1            | Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) | 7,5                                                                                         | 1   | 1        | 0       | 5,5 |
| 2            | Диагностические критерии ПТСР                                                     | 9,5                                                                                         | 2   | 2        | 0       | 5,5 |
| 2            | Теоретические модели ПТСР                                                         | 9,5                                                                                         | 2   | 2        | 0       | 5,5 |
| 3            | Методы и методики психодиагностики ПТСР                                           | 9,5                                                                                         | 2   | 2        | 0       | 5,5 |
| 4            | Диссоциация и ПТСР                                                                | 9,5                                                                                         | 2   | 2        | 0       | 5,5 |
| 5            | Основные механизмы психологической защиты                                         | 7,5                                                                                         | 1   | 1        | 0       | 5,5 |
| 5            | Механизмы психологической защиты и совладания (сходство и различия)               | 7,5                                                                                         | 1   | 1        | 0       | 5,5 |
| 6            | Психотерапия посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).                 | 9,5                                                                                         | 2   | 2        | 0       | 5,5 |
| <b>Всего</b> |                                                                                   | 72                                                                                          | 14  | 14       | 0       | 44  |

Очная форма обучения - аудиторные занятия – 4 ч. (2 -лекции, 2 -практические), самостоятельная работа – 64 ч., форма контроля – зачет – 4 ч.

| Раздел | Наименование раздела дисциплины                                                   | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/з.е.) |     |          |         |     |
|--------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|---------|-----|
|        |                                                                                   | Итого                                                                                       | Лек | Сем/прак | Лаб.зан | СРС |
| 1      | Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) | 7,5                                                                                         | 0,5 | 0,5      | 0       | 8   |
| 2      | Диагностические критерии ПТСР                                                     | 9,5                                                                                         | 0,5 | 0,5      | 0       | 8   |
| 2      | Теоретические модели ПТСР                                                         | 9,5                                                                                         | 0,5 | 0,5      | 0       | 8   |
| 3      | Методы и методики психодиагностики ПТСР                                           | 9,5                                                                                         | 0,5 | 0,5      | 0       | 8   |
| 4      | Диссоциация и ПТСР                                                                | 9,5                                                                                         | 0   | 0        | 0       | 8   |

| Раздел       | Наименование раздела дисциплины                                     | Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах/з.е.) |     |          |         |     |
|--------------|---------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------|---------|-----|
|              |                                                                     | Итого                                                                                       | Лек | Сем/прак | Лаб.зан | СРС |
| 5            | Основные механизмы психологической защиты                           | 7,5                                                                                         | 0   | 0        | 0       | 8   |
| 5            | Механизмы психологической защиты и совладания (сходство и различия) | 7,5                                                                                         | 0   | 0        | 0       | 8   |
| 6            | Психотерапия посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).   | 9,5                                                                                         | 0   | 0        | 0       | 8   |
| <b>Всего</b> |                                                                     | 68                                                                                          | 2   | 2        | 0       | 64  |

### 6.3. Лекционные занятия

| № п/п        | № раздела дисциплины | Наименование практических занятий                                                         | Трудоемкость (час./з.е) |           |
|--------------|----------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|
|              |                      |                                                                                           | Очно                    | Заочно    |
| 1            | 1                    | Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)         | 1/0,02                  | 0,05/0,01 |
| 2            | 2                    | Диагностические критерии ПТСР                                                             | 2/0,05                  | 0,05/0,01 |
| 3            | 2                    | Теоретические модели ПТСР. Тревожно-депрессивные расстройства при ПТСР.                   | 2/0,05                  | 0,05/0,01 |
| 4            | 3                    | Когнитивно-бихевиоральные стратегии терапии ПТСР. Методы и методики психодиагностики ПТСР | 2/0,05                  | 0,05/0,01 |
| 5            | 4                    | Диссоциация и ПТСР                                                                        | 2/0,05                  | -         |
| 6            | 5                    | Когнитивно-бихевиоральные стратегии терапии ПТСР                                          | 1/0,02                  | -         |
| 7            | 5                    | Механизмы психологической защиты и совладания (сходство и различия)                       | 1/0,02                  | -         |
| 8            | 6                    | Психотерапия посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).                         | 2/0,05                  | -         |
| <b>Всего</b> |                      |                                                                                           | 14/0,38                 | 2/0,05    |

### 6.4. Практические занятия (семинары)

| № п/п | № раздела дисциплины | Наименование практических занятий                                                 | Трудоемкость (час./з.е) |           |
|-------|----------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|
|       |                      |                                                                                   | Очно                    | Заочно    |
| 1     | 1                    | Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) | 1/0,02                  | 0,05/0,01 |

| №<br>п/п     | №<br>раздела<br>дисципли<br>ны | Наименование практических<br>занятий                                                            | Трудоемкость (час./з.е) |           |
|--------------|--------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------|-----------|
|              |                                |                                                                                                 | Очно                    | Заочно    |
| 2            | 2                              | Диагностические критерии ПТСР                                                                   | 2/0,05                  | 0,05/0,01 |
| 3            | 2                              | Теоретические модели ПТСР.<br>Тревожно-депрессивные расстройства<br>при ПТСР.                   | 2/0,05                  | 0,05/0,01 |
| 4            | 3                              | Когнитивно-бихевиоральные<br>стратегии терапии ПТСР. Методы и<br>методики психодиагностики ПТСР | 2/0,05                  | 0,05/0,01 |
| 5            | 4                              | Диссоциация и ПТСР                                                                              | 2/0,05                  | -         |
| 6            | 5                              | Когнитивно-бихевиоральные<br>стратегии терапии ПТСР                                             | 1/0,02                  | -         |
| 7            | 5                              | Механизмы психологической защиты<br>и совладания (сходство и различия)                          | 1/0,02                  | -         |
| 8            | 6                              | Психотерапия посттравматического<br>стрессового расстройства (ПТСР).                            | 2/0,05                  | -         |
| <b>Всего</b> |                                |                                                                                                 | 14/0,38                 | 2/0,05    |

#### 6.5. Лабораторный практикум не предусмотрен

#### 6.6. Самостоятельная работа студентов (СРС) по дисциплине

| №№<br>п/п | Темы для самостоятельного изучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        | Кол-во часов/з.е. |         |
|-----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|---------|
|           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           | Очно              | Заочно  |
| 1.        | Основные научные подходы к стрессу на современном этапе. Соотношение понятий «стресс», «травматический стресс» и «посттравматическое стрессовое расстройство». Междисциплинарные связи психологии стресса. Научный, общекультурный подходы к стрессу. История изучения стресса.<br>Различные подходы к изучению стресса: психофизиологический, психологический: отечественная психологическая школа.<br>Изучения стресса с позиций общей психологии, социальной психологии, возрастной психологии. Основные понятия психологии стресса.<br>История развития концепций гомеостатического регулирования в физиологии.<br>«Триада признаков» стресса по Г.Селье, физиологические механизмы возникновения. Понятие общего адаптационного синдрома, уровни адаптации.<br>Стадии развития стрессовых реакций по Г.Селье. Зависимость уровня исполнения от степени активации и напряженности деятельности, фактор сложности задачи.<br>Основные принципы классической теории (не специфичность ответа, фазы приспособления, ресурсы адаптации), привнесенные в область психологического изучения стресса.<br>Стресс и дистресс. Типы реакции на стресс. Изучение | 11/0,3            | 16/0,44 |

|              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |         |         |
|--------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---------|
|              | стресса в экспериментах на животных                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |         |         |
| 2.           | <p>Диагностические критерии ПТСР.</p> <p>Понятие о психической травме.</p> <p>Теоретические модели ПТСР.</p> <p>Типы реагирования в экстремальной ситуации. Стресс и дистресс.</p> <p>Типы реакции на стресс.</p> <p>Абсолютная и относительная экстремальность.</p> <p>Опосредующие факторы развития экстремальных состояний (новизна, интенсивность, потенциальная угроза, субъективная значимость, сложность поведенческих задач).</p> <p>Посттравматический синдром (ПТСР).</p> <p>Определение, причины эпидемиология ПТСР.</p> <p>Условия возникновения ПТСР.</p> <p>Профилактика ПТСР. Причины суицида.</p> <p>Виды суицидального поведения. Предвестники. Работа с суицидентами.</p>                                                             | 11/0,3  | 16/0,44 |
| 3.           | <p>Проблемы диагностики ПТСР.</p> <p>Методы и методики диагностики ПТСР.</p> <p>СКИД.</p> <p>Клиническая диагностическая шкала.</p> <p>Шкала оценки тяжести воздействия травматического события. Миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций.</p> <p>Шкала Дерогатиса. ММРІ.</p> <p>Шкала оценки тяжести боевого опыта Т. Кина.</p> <p>ОТС И.О. Котенева.</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | 11/0,3  | 16/0,44 |
| 4.           | <p>Классификация психотравмирующих событий. Диссоциация и ПТСР.</p> <p>События, связанные с военными действиями. Диагностика ПТСР у участников военных действий. Психогении в экстремальных ситуациях.</p> <p>Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях.</p> <p>Психологические последствия насилия у детей.</p> <p>Социальные проблемы коррекции ПТСР.</p> <p>Способы и техники психологической помощи при стрессе.</p> <p>Способы непосредственного воздействия на состояние человека в зависимости от вида стресса. Внешние приемы воздействий: специальная тренировка, питание, фармакотерапия, функциональная музыка, средства мультимедиа. Методы психологической саморегуляции состояний (психотерапевтическая традиция).</p> | 11/0,3  | 16/0,44 |
| <b>Всего</b> |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         | 44/1,22 | 64/1,77 |

## 7. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины

### 7.1. Основные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины

- Технология развития критического мышления и проблемного обучения (реализуется при решении учебных задач проблемного характера).

- Технология интерактивного обучения (реализуется в форме учебных заданий, предполагающих взаимодействие обучающихся, использование активных форм обратной связи).
- Технология электронного обучения (реализуется при помощи электронной образовательной среды ЧГПУ при использовании ресурсов ЭБС, при проведении автоматизированного тестирования и т. д.).

## **7.2. Адаптивные образовательные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья предполагается использование при организации образовательной деятельности адаптивных образовательных технологий в соответствии с условиями, изложенными в ООП (раздел «Особенности организации образовательного процесса по образовательным программам для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья»), в частности:

- предоставление специальных учебных пособий и дидактических материалов;
- специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования;
- предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, и т. п. в соответствии с индивидуальными особенностями обучающихся.

При наличии среди обучающихся лиц с ограниченными возможностями здоровья в раздел «Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины» рабочей программы вносятся необходимые уточнения в соответствии с «Положением об организации образовательного процесса, психолого-педагогического сопровождения, социализации инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, обучающихся в ЧГПУ».

## **7.3. Информационные технологии, применяемые при изучении дисциплины**

- Использование информационных ресурсов, доступных в информационно-телекоммуникационной сети Интернет.
- Составление и редактирование текстов при помощи текстовых редакторов.
- Проверка файла работы на заимствования с помощью ресурса «Антиплагиат».

## **8. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины**

Согласно Положению о балльно-рейтинговой системе в Университете установлена следующая шкала перевода рейтинговых баллов в 5 – балльную систему оценивания:

55–70 баллов – «удовлетворительно»;

71–85 баллов – «хорошо»;

86–100 баллов – «отлично».

В течение семестра проводятся две промежуточные аттестации на 8-й и 16-й неделе, а также итоговая аттестация в экзаменационную сессию:

- за 1 –ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;
- за 2–ю промежуточную аттестацию – 30 баллов;
- за итоговую аттестацию (зачет/экзамен)- 30 баллов;
- премиальные баллы-10 баллов.

Оценочные средства приведены в фонде оценочных средств, который является приложением к настоящей рабочей программе.

## 8.1. Перечень заданий к промежуточной аттестации

### Задания для 1-й промежуточной аттестации:

1. С какой стадии начинается стресс?
  - а) со стадии адаптации;
  - б) со стадии тревоги;
  - в) со стадии резистентности;
  - г) со стадии истощения.
  
2. Какие железы играют наиболее важную роль в формировании ответных реакций организма во время стресса?
  - а) щитовидная железа;
  - б) поджелудочная железа;
  - в) мозговое вещество надпочечников;
  - г) корковое вещество надпочечников.
  
3. Какое из перечисленных условий способствует переходу стресса в дистресс?
  - а) положительный эмоциональный фон;
  - б) наличие достаточных ресурсов для преодоления стресса;
  - в) опыт решения подобных проблем в прошлом;
  - г) негативный прогноз на будущее.
  
4. Какое из перечисленных условий способствует переходу стресса в эустресс?
  - а) чрезмерная сила стресса;
  - б) большая продолжительность стрессорного воздействия;
  - в) одобрение действий индивидуума со стороны социальной среды;
  - г) недостаток нужной информации.
  
5. Что общего у биологического и психологического стресса? )
  - а) участие гормонов надпочечников;
  - б) преимущественное влияние на социальный статус человека;
  - в) наличие реальной угрозы жизни и здоровью;
  - г) «размытые» временные рамки.
  
6. Укажите пример «психологического» стресса.
  - а) воспалительная реакция после ожога;
  - б) болезнь, вызванная вирусной инфекцией;
  - в) повышение артериального давления после семейной ссоры;
  - г) травма, связанная с падением.
  
7. На какой стадии развития стресса наиболее вероятен переход стресса в болезнь?
  - а) тревоги;
  - б) адаптации;
  - в) истощения;
  - г) на любой из перечисленных.

9. Травматический стресс – это

- событие, выходящее за рамки обычного человеческого опыта сопряженное с серьезной угрозой для жизни или здоровью личности.
- ситуации, характеризующиеся угрозой для жизни или здоровью значимых близких.
- реакция на травмирующее событие.
- все варианты верны.

10. Общий адаптационный синдром Г.Селье состоит из:

- 2 фаз
- 3 фаз
- 4 – фаз

Перечислить фазы: фаза тревоги, фаза резистентности, фаза истощения.

**Задания для 2-й промежуточной аттестации:**

11. Какая фаза развития стресса подразделяется на три периода?

- а) стадия адаптации;
- б) стадия тревоги;
- в) стадии истощения.

12. Какой уровень эмоционального возбуждения, согласно правилу Р. Йеркса и Дж. Додсона, соответствует эустрессу?

- а) отсутствие эмоций;
- б) средний уровень эмоционального возбуждения;
- в) чрезмерно выраженные эмоции.

13. Какой характер стресса более вреден для организма человека (при прочих равных особенностях)?

- а) слабый и короткий;
- б) слабый и длительный;
- в) сильный и короткий.

14. Какие врожденные факторы, а также события первых лет жизни больше всего влияют на формирование стрессоустойчивости человека?

- а) уровень самооценки;
- б) характер человека;
- в) направленность психики;
- г) характер протекания беременности у матери.

15. Какой из перечисленных элементов, влияющих на развитие стресса, относится к когнитивным факторам?

- а) тип высшей нервной деятельности;
- б) родительские сценарии;
- в) условия труда;
- г) прогноз будущего.

16. Какой из перечисленных элементов, влияющих на развитие стресса, не относится к социальным факторам?

- а) ближнее социальное окружение (родители, друзья, коллеги);
- б) общественный статус;
- в) условия труда;
- г) установки и ценности человека.

17. Какой из перечисленных элементов, влияющих на развитие стресса, формируется позже всего?

- а) наследственные особенности стрессоустойчивости;
- б) характер протекания беременности у матери;
- в) черты личности;
- г) ранний детский опыт;
- г) тип высшей нервной деятельности.

18. Какими качествами обладают люди типа «А» (обладающие повышенной уязвимостью к стрессу)?

- а) вспыльчивые, энергичные и честолюбивые;
- б) аккуратные и добродушные;
- в) спокойные и рассудительные;
- г) быстро принимающие решения и не стремящиеся к карьерному росту.

19. Диссоциация определяется как:

- как психофизиологический процесс, посредством которого потоки входящей и выходящей информации, а также сохраняемая информация активным образом отклоняются от интеграции (т.е. от построения ассоциативных связей).
- как состояние, при котором два или более психических процесса сосуществуют, не будучи связанными или интегрированными, а также и как защитный процесс, ведущий к такому состоянию
- своеобразная двойственность - субъектам, переживающим это состояние, кажется, что они потеряли чувство реальности своего тела и внешнего мира;
- все определения верны.

20. Деперсонализация – это:

- переживание ощущения исчезновения собственного Я, обезличивание.
- как термин, характеризующий процесс (или его результат), посредством которого согласованный набор действий, мыслей, отношений или эмоций отделяется от другой части личности и функционирует независимо.
- определенные психические функции, которые обычно интегрированы с другими, действуют в той или иной степени обособленно или автоматически и находятся вне сферы сознательного контроля и вне процессов памяти.
- потеря эмоций, с ощущением отсутствия образов в процессе мышления и полной пустоты психики.
- все определения верны.

21. Что не относится к составляющим ПТСР

1. Повторное переживание травмы во сне, тревожные мысли;
2. Постоянное стремление избегать предметов или ситуаций, напоминающих о пережитом, реакция оцепенения при появлении чего-либо, напоминающего о травме;
3. Идентификация с агрессором;
5. Постоянная перевозбуждаемость;
6. Регресс на оральную стадию.

22. "Флэшбэки" – это :

1. - повторное переживание травмы, как будто она происходит в настоящий момент (встречаются реже и часто напоминают сильные навязчивые воспоминания, от которых отличаются большей реалистичностью);
2. - интенсивный психологический дистресс в ответ на внешние и внутренние намеки, символизирующие или напоминающие какие-то аспекты травматического события;
3. - повторяющиеся и захватывающие человека дистрессовые воспоминания.
4. ночные кошмары

23. К психологическим моделям можно отнести:

1. Психодинамические
2. Когнитивные
3. Гуманистические.
4. Психиатрические.
5. Психосоциальные модели.

24. Напишите типы ПТСР

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

25. Дайте определение виктимности \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

26. Дайте определение:

Физическое насилие — это \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

Сексуальное насилие — это \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

Пренебрежение — это \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

Психологическое насилие — это \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_.

27. К утратам, помимо смерти, относятся:

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_

28. К симптомам острого горя относятся:

---

---

---

---

---

29. Назовите формы осложненного горя:

---

---

---

---

---

30. Назовите стадии процесса скорби:

---

---

---

---

---

---

---

## **8.2. Перечень вопросов к зачету или экзамену**

### **Вопросы к экзамену**

1. Стресс, посттравматический стресс: соотношение понятий
2. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностические критерии
3. Депрессивные и тревожные расстройства
4. Теоретические модели ПТСР
5. Критерии диагностики ПТСР по МКБ-10 и DSM
6. Смерть близкого человека (реакция горя). Основные стадии.
7. Диссоциация и посттравматический стресс
8. Методы диагностики ПТСР
9. История развития взглядов на проблему ПТСР
10. Общая характеристика психических травм
11. Расстройства адаптации и акцентуации характера при ПТСР
12. Симптомы посттравматического стрессового расстройства
13. Основные типы ПТСР

14. Теоретические модели ПТСР
15. ПТСР (когнитивная модель)
16. Психотерапия ПТСР
17. Психологический дебрифинг
18. Современные психотерапевтические техники
19. Метод психодрамы в работе с признаками ПТСР
20. Гештальт-терапия при ПТСР
21. Техники когнитивной и поведенческой психотерапия
22. Диссоциации при ПТСР
23. Психотерапия травм с помощью движения глаз (ДПДГ)
24. Горе утраты как процесс. Стадии развития реакции горя
25. Синдром выгорания и вторичная травма
26. Психология терроризма. Взрывы. Захват заложников.
27. Терапевтические отношения с клиентом, страдающим ПТСР
28. Психотерапевтические методы при ПТСР
29. Терапевтические цели при работе с пациентами с ПТСР
30. Правила работы с группой
31. Современное состояние исследования посттравматических стрессовых расстройств.
32. Понятие о психической травме. Основные факторы психотравм.
33. Понятие о механизмах психологической защиты и совладания.
34. Диагностические критерии ПТСР в международных классификациях.
35. Ближайшие и отсроченные последствия психических травм.
36. Массовые проявления психических травм.
37. Нетипичные проявления психических травм.
38. Влияние состояния родителей с ПТСР на детей.
39. Проявления симптомов ПТСР в игровой деятельности.
40. Индивидуальная и групповая игровая психотерапия. Стадии игровой психотерапии.
41. Эмоциональное отреагирование и проработка психической травмы в игровой терапии.
42. Оценка эффективности применения игровой психотерапии в работе с детьми
43. Общее представление о методе арт-терапии в работе с детьми
44. Проявления психотравматизма в арт-терапии.
45. Индивидуальная и групповая арт-терапия в работе с психотравмированными детьми.
46. Оценка эффективности применения арт-терапии.
47. Общее представление о бихевиоральной психотерапии в работе с детьми.
48. Использование методики имплозии в работе с детьми при ПТСР.
49. Применение методики десенсибилизации при состояниях острой реакции на травматический стресс.
50. Роль личностных факторов в преодолении экстремальных ситуаций.

**Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины в Приложении «Фонды оценочных средств дисциплины».**

#### **9. Программное обеспечение, применяемое при изучении дисциплины**

Практический материал имеется в бумажном виде и на электронном носителе.

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

**а) основная литература:**

1. Тарабрина Н.В. Психология посттравматического стресса [Электронный ресурс]: теория и практика/ Тарабрина Н.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Институт психологии РАН, 2009.— 304 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15604>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Тарабрина Н.В. Террористическая угроза [Электронный ресурс]: теоретико-эмпирическое исследование/ Тарабрина Н.В., Быховец Ю.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: Институт психологии РАН, 2014.— 160 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/32157>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Хажуев И.С. Стили защиты и совладания в условиях длительного локального вооруженного конфликта чеченский государственный педагогический университет. Махачкала, 2017. 172 с. (учебно-методическое пособие)

**б) дополнительная литература:**

1. Антохин Е.Ю. Возрастные и гендерные особенности невротических расстройств [Электронный ресурс]: пособие для врачей и клинических психологов/ Антохин Е.Ю.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2011.— 44 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/31803>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Дереча Г.И. Личностные расстройства [Электронный ресурс]: учебное пособие для самостоятельной работы студентов факультета клинической психологии ОрГМА/ Дереча Г.И., Егоров Р.С.— Электрон. текстовые данные.— Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2008.— 46 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21824>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Копытин А.И. Современная клиническая арт-терапия [Электронный ресурс]: учебное пособие/ Копытин А.И.— Электрон. текстовые данные.— М.: Когито-Центр, 2015.— 528 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/51958>.— ЭБС «IPRbooks»
4. Млодик И.Ю. Карточный дом. Психотерапевтическая помощь клиентам с пограничными расстройствами [Электронный ресурс]/ Млодик И.Ю.— Электрон. текстовые данные. — М.: Генезис, 2016.— 160 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/54344>.— ЭБС «IPRbooks»

**Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)**

1. e-Library.ru [Электронный ресурс]: Научная электронная библиотека. — URL: <http://elibrary.ru/>
2. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» [Электронный ресурс]. — URL: <http://cyberleninka.ru/>
3. Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/>

**11. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

- компьютерные мультимедийные проекторы в аудитории, где проводятся лекционные и семинарские занятия;
- компьютер для презентации учебных видеоматериалов на семинарских занятиях;
- электронные версии методических указаний к контрольным работам, вопросы к экзамену или к зачету.

12. Лист регистрации изменений в РПД

| Раздел<br>(подраздел),<br>который<br>вносятся<br>изменения | Основания для изменений <sup>1</sup> | Краткая характеристика вносимых<br>изменений | Дата и номер протокол<br>заседания кафедры |
|------------------------------------------------------------|--------------------------------------|----------------------------------------------|--------------------------------------------|
|                                                            |                                      |                                              |                                            |
|                                                            |                                      |                                              |                                            |
|                                                            |                                      |                                              |                                            |
|                                                            |                                      |                                              |                                            |
|                                                            |                                      |                                              |                                            |
|                                                            |                                      |                                              |                                            |

<sup>1</sup> Ежегодная актуализация, запрос работодателя и др.