

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Смирнов Сергей Николаевич
Должность: врио ректора
Дата подписания: 26.05.2023 11:15:54
Уникальный программный ключ:
69e375c64f7e975d4e8830e701c5a01f30

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



Утверждаю:
Руководитель ООП «Психология»:
к.психол.н., доцент
Л.А. Становова Л.А. Становова
«30» августа 2021 г.

Рабочая программа дисциплины (с аннотацией)
ПСИХОЛОГИЯ ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОГО СТРЕССА

Направление подготовки
37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ

Профиль подготовки
ОРГАНИЗАЦИОННАЯ ПСИХОЛОГИЯ
Для студентов 4 курса очной и 5 курса заочной форм обучения

Составитель: к. психол.н., доцент Ю.Ю.Гудименко

Тверь, 2021

I. Аннотация

1. Наименование дисциплины в соответствии с учебным планом

Психология посттравматического стресса

2. Цель и задачи дисциплины

Учебная дисциплина «Психология посттравматического стресса» направлена на углубленное усвоение студентами основных теоретических моделей и принципов анализа психической травмы, роли психосоциальных факторов в развитии посттравматического стресса, обоснованию выбора методов диагностики посттравматического стрессового расстройства, а также формированию основных навыков психологической помощи, необходимых для работы практического психолога.

Целями освоения дисциплины являются: формирование у студентов компетенций, способствующих пониманию теоретических моделей, и принципов анализа травмирующих ситуаций, приводящих к развитию посттравматического стресса, а также готовности использовать методы диагностики и психологического сопровождения личности в кризисных состояниях, в том числе индивидуальные и групповые формы психологической помощи в практической деятельности профессионального психолога.

Задачами дисциплины являются:

- ознакомление студентов с основными принципами и теоретическими моделями стресса и видами травмирующих ситуаций;
- овладение понятийным аппаратом, описывающим травматический и посттравматический стресс, основную феноменологию и диагностику посттравматического стрессового расстройства;
- приобретение опыта анализа специфики ПТСР у различных социальных групп населения (ветеранов боевых действий и лиц, пребывающих в зоне боевых действий, населения в зоне стихийных бедствий и катастроф, лиц, потерявших близкого человека, потерпевших от преступлений и сексуального насилия и т.д.);
- обучение студентов различным методам (исследовательским и методам психологической помощи), позволяющим организовать психологическое сопровождение в ситуациях развития посттравматического стресса.

3. Место дисциплины в структуре ООП

Курс «Психология посттравматического стресса» относится к вариативной части учебного плана, входит в состав дисциплин по выбору. Программа курса отражает междисциплинарный подход к данной отрасли знания. В этом качестве курс развивает содержание таких дисциплин как «Основы консультативной психологии», «Психодиагностика», «Психология стресса», «Введение в

клиническую психология», и др.

В свою очередь содержание дисциплины закладывает основу для изучения таких дисциплин как «Психологическое консультирование», «Психология здоровья», «Психология безопасности» и др., а также эффективного прохождения производственной и преддипломной практик.

4. Объем дисциплины:

3 зачетных единицы, 108 академических часов, в том числе

Очная форма обучения

контактная работа: лекции 18 часов, практические занятия 36 часов, лабораторные работы 0 часов, самостоятельная **работа:** 54 часа,

Заочная форма обучения

контактная работа: лекции 2 часа, практические занятия 6 часов, лабораторные работы 0 часов, **самостоятельная работа:** 96 часа, 4 часов отводится на контроль.

5. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Планируемые результаты освоения образовательной программы (формируемые компетенции)	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ПК-3 Способность к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий	Уметь - диагностировать психические процессы, свойства и качества личности, психические состояния в проблемной ситуации; - соотносить направления психологической помощи с особенностями актуального состояния личности Знает - закономерности функционирования психики в проблемной ситуации; - основные направления работы практического психолога и психологической службы; - этапы, принципы и базовые процедуры оказания различных видов психологической помощи

6. Форма промежуточной аттестации - зачет

7. Язык преподавания русский.

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

очная форма обучения:

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа (час.)
		Лекции	Практиче- ские (лабораторные) работы	
Тема 1. Теоретические основы посттравматического стресса	12	2	4	6
Тема 2. Теоретические модели посттравматического стресса	16	2	6	8
Тема 3. Общая характеристика ПТСР	18	4	6	8
Тема 4. Диагностика стрессовых состояний	14	2	4	8
Тема 5. Методы исследования ПТСР	12	2	4	6
Тема 6. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	12	2	4	6
Тема 7. Психологические аспекты посттравматического стресса у детей	12	2	4	6
Тема 8. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов	12	2	4	6
ИТОГО	108	18	36	54

заочная форма обучения:

Учебная программа – наименование разделов и тем	Всего (час.)	Контактная работа (час.)		Самостоятельная работа (час.)
		Лекции	Практиче- ские (лабораторные) работы	
Тема 1. Теоретические основы посттравматического стресса	12,5	0,5		12
Тема 2. Теоретические модели посттравматического стресса	12,5	0,5		12
Тема 3. Общая характеристика ПТСР	13		1	12

Тема 4. Диагностика стрессовых состояний	13		1	12
Тема 5. Методы исследования ПТСР	13		1	12
Тема 6. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	13		1	12
Тема 7. Психологические аспекты посттравматического стресса у детей	13		1	12
Тема 8. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов	13		1	12
Контроль	4			
ИТОГО	108	2	6	96

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

- содержание учебной программы;
- примерное содержание практических занятий;
- методические рекомендации и задания по организации самостоятельной работы:
 - примерные задания и задачи для подготовки к практическим занятиям;
 - тесты для текущего контроля и самоконтроля;
 - тематика рефератов и методические рекомендации по их написанию;
 - разработка мини-брошюры «Диагностический инструментарий по психодиагностике ПТСР»;
 - разработка и защита проекта «Разработка программы психологической помощи лицам с ПТСР конкретного генеза»
- перечень возможных вопросов для контроля и самоконтроля при подготовке к промежуточной аттестации;
- электронные презентации.

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

Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенции–ПК – 9 Способность к реализации базовых процедур, анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной

деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе при различных заболеваниях

Этап формирования компетенции, в котором участвует дисциплина	Типовые контрольные задания для оценки знаний, умений, навыков (2-3 примера)	Показатели и критерии оценивания компетенции, шкала оценивания
<p>Заключительный Уметь</p> <p>- оказывать содействие реализации мероприятий психосоциальной защиты людей ограниченными возможностями</p>	<p>Задача № 1 Консультативный случай (см. Приложение 1). Вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перечислите основные признаки ПТСР, обозначенные в МКБ-10. - Проанализируйте наличие данных признаков у пациента в данном консультативном случае. - Если вам нужна дополнительная информация о случившемся или состоянии пациента, сформулируйте вопросы. - Можно ли с уверенностью говорить о том, что у мальчика наблюдается посттравматическое стрессовое расстройство? - Разработайте программу психодиагностического обследования стресса, адекватную данному консультативному случаю. - Перечислите основные направления психологической помощи лицам с ПТСР. - Что в поведении мамы провоцирует появление данных особенностей у ребенка? - Какого рода помощь, на ваш взгляд, необходима в данном случае? - Дайте прогноз личностного развития клиента и опишите возможные последствия данной ситуации. 	<ul style="list-style-type: none"> - Ответы на теоретические вопросы к представленным заданиям верные, аргументированы, полные, даны с опорой на соответствующие понятия и теоретические положения – 3 балла - Ответы на теоретические вопросы к представленным заданиям даны с ошибками, аргументация ответов на вопросы на теоретическом уровне неполная, смысл ряда ключевых понятий не объяснен – 2-1 балл - Ответы на теоретические вопросы к представленным заданиям даны неверные, отсутствие знаний терминологического аппарата при аргументации ответов на вопросы – 0 баллов - В плане работы с субъектами ситуации предложены действия и мероприятия соответствующие поставленной задаче, при описании планов работы использованы знания дисциплины, использована научная терминология - 3 балла - Описание последующих действий дается «бытовым» языком, планируемые действия и мероприятия фрагментарны или представлены с ошибками, не достаточно корректно сформулированы в отношении поставленной задачи, студент не может самостоятельно обосновать цель планируемых действий, ориентируется в материале
<p>Заключительный Знает</p> <p>- виды реабилитации лиц с ограниченными возможностями; технологии оказания психологической помощи людям с ограниченными возможностями</p>	<p>Задача № 2 Консультативный случай (см. Приложение 2). Вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Перечислите основные признаки ПТСР, обозначенные в МКБ-10. 	

	<ul style="list-style-type: none"> - Проанализируйте наличие данных признаков в данном консультативном случае. - Если вам нужна дополнительная информация о случившемся или состоянии пациента, сформулируйте вопросы. - Можно ли с уверенностью говорить о том, что у данного молодого человека наблюдается посттравматическое стрессовое расстройство? - Разработайте программу психодиагностического обследования ПТСР, адекватную данному консультативному случаю. - Перечислите основные направления психологической помощи лицам с ПТСР. - Какого рода помощь, на ваш взгляд, необходима пациенту? - Дайте прогноз личностного развития клиента и опишите возможные последствия данной ситуации. 	<p>только при наводящих вопросах – 2-1 балл</p> <p>- Описание последующих действий дается «бытовым» языком, не представлены планируемые действия и мероприятия и/или представлены, но не соответствуют поставленной задаче, студент не может обосновать цель планируемых действий обосновать цель планируемых действий - 0 баллов</p>
--	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Приложение 1

Задача № 1.

Консультативный случай

Молодой человек, 17 лет. Обратился по поводу подозрений на наличие у себя патологических расстройств. В возрасте 4-5 лет пережил стрессовые ситуации: убийства, совершаемые на глазах у ребенка, избиения, как незнакомых людей, так и собственной матери и т.д. Мальчик жил на территории, где совершались военные действия. В данный момент молодой человек ощущает сильную неконтролируемую агрессию, возникающую, по его словам, в ответ на несправедливость. Считает себя способным на убийство, опасается этого. Тяжелые переживания прошлого ранее проявлялись во снах, но в данный момент серьезно не беспокоят.

Приложение 2

Задача № 2.

Консультативный случай

Мальчик, 5 лет. Мама ребенка обратилась к психологу по поводу резкого повышения капризности ребенка, говорит, что мальчик стал неуправляемым, плохо спит, во сне кричит и просыпается в слезах. Несколькими месяцами раньше родители ребенка развелись, мальчик живет с мамой. Развод сопровождался

скандалами, доходящими до рукоприкладства со стороны мужа. Мальчик был свидетелем происходящего. Симптомы, по мнению мамы, усугубляются при общении ребенка с отцом, чему мама активно препятствует. Считает, что в семье бывшего мужа ребенка настраивают против нее. Мать беспокоится, что ребенок сильнее привязывается к отцу, считает это проблемой.

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

а) Основная литература:

1. Китаев-Смык Л.А. Организм и стресс: стресс жизни и стресс смерти. – М.: Смысл, 2012. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id/> Электронно-библиотечная система

2. Нестерова О.В. Управление стрессами [Электронный ресурс] : учебное пособие / О.В. Нестерова. — Электрон. текстовые данные. — М. : Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2012. — 320 с. — 978-5-4257-0032-2. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/17051.html>

3. Нестерова О.В. Управление стрессами [Электронный ресурс]: учеб. пособие / О.В. Нестерова. - М.: Московский финансово-промышленный университет «Синергия», 2012. - (Университетская серия). - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id/> Электронно-библиотечная система

4. Одинцова М.А., Захарова Н.Л. Психология стресса: учебник и практикум для академического бакалавриата. - М.: Изд-во Юрайт, 2016. - 299 с. - Серия: Бакалавр. Академический курс. [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://bibli-online.ru/> Электронно-библиотечная система

5. Останкина, Е. Основы психической саморегуляции : учебное пособие / Е. Останкина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «ЧЕРЕПОВЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ», Факультет биологии и здоровья человека ; науч. ред. В.Г. Маралов. - Череповец : Издательство ЧГУ, 2013. - 126 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-85341-478-5 ; То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=434835>

6. Сапольски Р. Психология стресса. - 3-е изд., перераб. и доп. - СПб: Питер, 2015. - Серия: Мастера психологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://znanium.com/> Электронно-библиотечная система

б) Дополнительная литература:

1. Биктина, Н. Практикум по психологии посттравматического стресса : учебное пособие / Н. Биктина ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ФГ БОУ ВПО ОГУ, 2011. - 166 с. ; То

же [Электронный ресурс]. - Режим доступа:
<http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259206>

2. Дэвид Льюис Управление стрессом [Электронный ресурс] : как найти дополнительные 10 часов в неделю / Льюис Дэвид. — Электрон. текстовые данные. — М. : Альпина Паблишер, 2016. — 238 с. — 978-5-9614-1851-4. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/41477.html>

3. Копытин, А.И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса / А.И. Копытин. - М. : Когито-Центр, 2014. - 208 с. : схем., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-89353-420-7; То же [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=271650>

4. Онкопсихология: посттравматический стресс у больных раком молочной железы / Н.В. Тарабрина, О.А. Ворона, М.С. Курчакова и др. - М.: Институт психологии РАН, 2010. - 176 с. - (Фундаментальная психология — практике). - ISBN 978-5-9270-0184-2; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=87431>

5. Старшенбаум, Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия / Г.В. Старшенбаум. - М.: Когито-Центр, 2005. - 375 с. - (Клиническая психология). - ISBN 5-89353-132-9; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=209431>

6. Труфанова О.К. Основы психосоматической психологии: учебное пособие / О.К. Труфанова; Федеральное агентство по образованию Российской Федерации, Федеральное государственное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Южный федеральный университет», Факультет психологии. - Ростов-н/Д: Издательство Южного федерального университета, 2008. - 128 с. - ISBN 978-5-9275-0422-0; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241075>

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

<http://koob.ru/> Электронная библиотека

<http://dic.academic.ru/> Словари и энциклопедии на Академике

<http://www.mchs.gov.ru> Сайт МЧС России

<http://psychology.net.ru/> Мир психологии

<http://www.voppsy.ru/> Журнал «Вопросы психологии»

<http://psyjournals.ru/> Журнал «Консультативная психология и психотерапия»

<http://www.psyedu.ru/> Электронный журнал «Психологическая наука и образование»

VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

1. СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ

Тема 1. Теоретические основы посттравматического стресса

Стресс, травма, травматический и посттравматический стресс. Определение основных понятий. Краткая история исследований посттравматического стресса.

Тема 2. Теоретические модели посттравматического стресса.

Психодинамическое направление исследований психической травмы. Когнитивные концепции психической травмы. Роль психосоциальных факторов в развитии посттравматического стресса. Другие концепции посттравматического стресса. Биологические модели ПТСР.

Тема 3. Общая характеристика ПТСР

Психологическая картина (феноменология) посттравматического стресса. Диагностические критерии ПТСР в МКБ-10 и DSM- IV. Определение травматических ситуаций. Предикторы ПТСР.

Тема 4. Диагностика стрессовых состояний.

Осознаваемые компоненты психических состояний. Самооценка психических состояний и настроения. Доминирующее и актуальное психическое состояние. Индекс качества жизни, методы определения уровня благополучия личности. Неосознаваемые компоненты психических состояний. Вегетативные проявления психических состояний. Экспрессивный компонент психических состояний. Проективные методы изучения психических состояний. Семантический дифференциал, как способ оценки психических состояний. Исследования уровня нервно-психического напряжения. Психодиагностическая методика для определения невротических и невротоподобных нарушений (ОНР). Исследования степени напряженности, нервно-психической устойчивости, методика «Прогноз». Диагностика стресса. Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору). Особенности применения и диагностические возможности методик. Тревожность, фрустрация, агрессия. Методы исследования агрессивности. Методы исследования тревожности. Методы исследования фрустрации. Особенности применения и диагностические возможности методик. Ресурсы личности. Понятие ресурсы личности. Социальные, социально - психологические, индивидуальные ресурсы. Способы исследования ресурсов личности. Роль ресурсов личности в адаптации к кризисным ситуациям.

Тема 5. Методы исследования ПТСР

Метод наблюдения и беседы. Особенности поведения лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Особенности эмоциональной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Особенности когнитивной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Полуструктурированное интервью для выявления признаков посттравматического стресса у детей.

Анкеты и опросники. Опросник выраженности психопатологической симптоматики. Опросник психического состояния для диагностики психических последствий несения службы сотрудниками ОВД в экстремальных условиях. Особенности применения и диагностические возможности методик. Изучение диссоциаций. Опросник травматических ситуаций. Особенности применения и диагностические возможности методик.

Тема 6. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе

Ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Основная цель и задачи психотерапии ПТСР. Особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР. Основные направления реабилитации ПТСР.

Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе: групповая психотерапия, когнитивно-бихевиоральная (техника вскрывающих интервенций), техника переработки травмирующих переживаний посредством движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), тренинг преодоления тревоги, гештальт-терапия, символ-драма, НЛП.

Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий. Тренинг по психофизиологической и социальной реадaptации участников военных действий. Психологический стресс у онкологических больных. Психологические последствия пребывания человека в зонах стихийных и антропогенных катастроф.

Тема 7. Психологические аспекты посттравматического стресса у детей.

Травматический опыт детей и его изучение. История развития представлений о психологической травме у детей. Особенности протекания посттравматического стресса у детей. Исследования посттравматического стресса у детей, переживших насилие. Диагностика психических состояний дошкольников: родительская анкета для оценки травматических переживаний детей. Диагностика психических состояний младших школьников. Диагностика психических состояний подростков.

Тема 8. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов

Проблема эмоционального сгорания и вторичной травматизации помогающих специалистов. Потребности психологов-консультантов, работающих с кризисными клиентами. Понятие вторичной травмы. Аспекты личности помогающего специалиста, на которые влияет травма. Признаки и оценка вторичной травматизации.

Факторы преодоления вторичной травматизации терапевтов (по Ю. Даниелю). Основные направления в психологическом сопровождении и профилактики эмоционального выгорания специалистов.

2. ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ ПРАКТИЧЕСКИХ ЗАНЯТИЙ

Практическое занятие 1-2. Теоретические основы посттравматического стресса. Теоретические модели посттравматического стресса.

Вопросы для обсуждения:

1. Определение посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).
2. Развитие научных представлений о ПТСР.
3. Диагностические критерии ПТСР по МКБ-10 (международной классификации болезней 10 пересмотра) и DSM-IV (четвертом издании Диагностического и статистического справочника по психическим заболеваниям).
4. Соотношение острых стрессовых расстройств и ПТСР.
5. Основные варианты течения ПТСР.
6. Психодинамические и когнитивные концепции психической травмы.
7. Этиологическая мультифакторная концепция психической травмы.
8. Влияние психосоциальных факторов на последствия посттравматического стресса.

Практические задания:

Задание № 1.

В чем состоит сходство и различие ОСТ и ПТСР?

Задание № 2.

Почему у части людей, переживших катастрофические события, не проявлялось никаких признаков этих расстройств? Так, М.М.Решетников (2006, с.115) пишет о том, что у 54% изнасилованных женщин, 91% попавших в автопроисшествия и т.д. отсутствовало ПТСР. Чем это можно объяснить?

Задание № 3.

Опишите социальные последствия ПТСР.

Задание № 4.

Проведите сравнительный анализ концепций психической травмы на конкретных ситуациях. Например, ПТСР после переживания террористического акта, или физического насилия, или развода и т.д. с позиций психодинамического и когнитивного подходов.

Задание № 5.

В чем, по Вашему мнению, заключается природа компульсивного повторения переживания травматических событий? Его проявления приведены в раздаточном материале 1.

Раздаточный материал № 1 «Компульсивное повторное переживание травматических событий»

Проявляется он в том, что неосознанно индивид стремится к участию в ситуациях, которые сходны с начальным травматическим событием в целом или с каким-то его аспектом. Этот феномен наблюдается практически при всех видах

травматизации. Например, ветераны могут служить в милиции; женщины, подвергшиеся насилию, - вступать в болезненные для них отношения с мужчиной, который с ними плохо обращается; индивиды, перенесшие в детстве ситуацию сексуального соблазна, - заниматься проституцией... Субъект, демонстрирующий подобные паттерны поведения повторного переживания травмы, может выступать как в роли жертвы, так и агрессора.

Повторное отыгрывание травмы является одной из основных причин распространения насилия в обществе. Многочисленные исследования, проведенные в США, показали, что большинство преступников, совершивших серьезные преступления, в детстве пережили ситуацию физического или сексуального насилия. Также показана в высшей степени достоверная связь между детским сексуальным насилием и различными формами самодеструкции вплоть до попытки самоубийства, которые могут возникнуть уже во взрослом возрасте. В литературе описывается феномен «ревиктимизации»: травмированные индивиды вновь и вновь попадают в ситуации, где они оказываются жертвами.

Практическое занятие 2. Модели посттравматического стресса

Вопросы для обсуждения:

1. Отдаленные последствия боевой психической травмы.
2. Посттравматические стрессовые расстройства (ПТСР) у жертв катастроф и стихийных бедствий.
3. ПТСР у жертв террористических актов.
4. ПТСР у жертв преступлений и сексуального насилия.
5. Стресс радиационной угрозы.
6. ПТСР у детей.
7. Суицидальное поведение и стресс.

Задание № 1.

Существуют различные определения посттравматических стрессовых расстройств. Проведите их сравнительный анализ. Определения приведены в раздаточном материале 1.

Раздаточный материал № 1 «Определения ПТСР»

Посттравматическое расстройство развивается как отставленная реакция на событие угрожающего или катастрофического характера, которое может вызвать глубокое отчаяние. Ситуация переживается с тревогой, беспомощностью или ужасом, появляются повторяющиеся воспоминания пережитой травмы, ее инсценировка в игре, в рисунках или рассказах; в продолжительном внимании к словам или символам, имеющим отношение к стрессовой ситуации. Могут также возникнуть нарушения сна, страхи темноты, засыпания, кошмарные сновидения, агрессивное поведение, утрата контроля влечений, регресс в поведении, социальная отгороженность, диссоциативное поведение (самоповреждающее поведение, злоупотребление наркотиками), нарушение внимания, повышенная возбудимость и приступы паники (Исаев Д.Н., С. 59).

ПТСР – это непсихотическая отсроченная реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у любого человека, такой

как природные и техногенные катастрофы, боевые действия, пытки, изнасилования и др. (Тарабрина Н.В., Агарков В.А. и др., С. 14).

Боевые посттравматические стрессовые расстройства (боевые ПТСР) – это затянувшиеся или отсроченные условно адаптивные психические изменения и психические расстройства, возникающие влествие воздействия факторов боевой обстановки. Некоторые из этих психических изменений на войне могут носить приспособительный характер, а в мирной жизни ведут к различным формам социальной дезадаптации (Литвинцев С.В., Снедков Е.В., Резник А.М., С. 248).

Практическое занятие 5. Методы исследования ПТСР

Цель: Сформировать у студентов навыки выявления посттравматического стрессового расстройства у взрослых.

1. Шкала диссоциации (Dissociative Experience Scale – DES)

Опросник предназначен для надежной, валидной и удобной количественной оценки диссоциативных переживаний. Шкала представляет собой опросник самоотчета для измерения диссоциации как постоянной черты. В инструкции респондента просят оценить частоту переживания того или иного диссоциативного феномена (за исключением состояний, когда респондент находился в состоянии интоксикации ПАВ). В том случае, когда респонденту по тем или иным причинам трудно читать, допускается чтение инструкции исследователем, который затем помогает респонденту сделать соответствующую оценку в бланке. Методика может быть использована для оценки диссоциативных феноменов на неклинической (нормальной) популяции. Возраст респондента не должен быть менее 18 лет.

Задание:

1. Ознакомьтесь с инструкцией, ответьте на вопросы.
2. Подсчитайте средний балл DES, сравните полученный результат с табличными значениями.
3. Проинтерпретируйте полученные результаты.

2. Шкала для клинической диагностики ПТСР (Clinical-administered PTSD Scale – CAPS)

Применяется для клинической диагностики уровня выраженности симптоматики ПТСР и частоты ее проявления, а так же степень влияния на производственную активность и производственную деятельность. CAPS 1 дает возможность оценить тяжесть текущего ПТСР не только в течение последнего месяца, но и в течение всего посттравматического периода в целом. CAPS 1 был переведен и адаптирован в лаборатории психологии посттравматического стресса и психотерапии РАН.

Необходимо помнить, что время рассмотрения каждого симптома – 1 месяц. С помощью вопросов шкалы определяется частота встречаемости изучаемого симптома в течение предшествующего месяца, а затем оценивается интенсивность проявления симптома. Формулировки ключевых моментов могут быть зачитаны консультантом, это позволяет получить корректные оценки. Оценка частоты > 1 и оценка интенсивности > 2 , отражая реальные проблемы, могут служить основанием

о его наличии. Критерии С, D и E требуют, чтобы не было проявлений симптома до психотравмы, интервьюер должен уточнить время их манифестации.

Задание:

1. Вспомните событие из вашей жизни, которое с Вашей точки зрения, отвечает критериям чрезвычайного, психотравмирующего.
2. Опишите его, ответьте на следующие вопросы.
3. Проанализируйте полученные результаты, сравните их с данными в таблице.
4. Проинтерпретируйте полученные результаты.

**4. Шкала оценки влияния травматического события
(Impact of Event Scale-R – IES-R)**

Позволяет оценить реагирование на чрезвычайное, психотравмирующее событие, выявляет выраженность тенденций «вторжения», «избегания» и «физиологической возбудимости» при переживании травматического события. «Вторжение» (intrusion – англ.) – навязывание – включает ночные кошмары, навязчивые чувства, образы или мысли. «Избегание» (avoidance–англ.)– попытки смягчения или избегания переживаний, связанных с событием, снижение реактивности. Шкала «физиологическая возбудимость» отражает такие симптомы гипервозбуждения, как злость, раздражительность, трудности концентрации, бессонница. ШОВТС получил распространение в России в начале 1990-х, он был включен в комплекс психодиагностических методик, используемых в рамках русско-американского проекта по изучению психологических и психофизиологических аспектов ПТСР, где были показаны хорошие дифференциально-диагностические возможности методики.

Задание:

1. Ознакомьтесь с инструкцией и ответьте на вопросы.
2. Обработайте полученные результаты, используя ключ, сравните свои результаты с данными в таблице.
3. Проинтерпретируйте полученные результаты.
4. Сделайте общее заключение, используя результаты, полученные по трем использованным методикам.

**Практическое занятие 6. Методы психологической помощи при
посттравматическом стрессе**

Цель: Сформировать у студентов навыки оказания психологической помощи при ПТСР.

Вопросы для обсуждения:

1. Что означает термин «инкапсуляция травмы»?
1. Какие стратегии в психологической помощи являются наиболее эффективными для преодоления состояния ПТСР?
2. На что должна быть ориентирована психологическая помощь при ПТСР (к каким фундаментальным аспектам расстройства обращаться)?
3. Является ли допустимым информирование клиента о характере и особенностях протекания переживаемого им посттравматического стрессового расстройства при оказании психологической помощи? Почему?

4. Является ли целенаправленное возвращение клиента с ПТСР к воспоминаниям о травмирующем событии проявлением непрофессионализма психолога-консультанта? Почему?

Психотерапия травмы предполагает работу со следующими основными симптомами психологической травмы: перевозбуждение, спазмы, диссоциация, реакция избегания, реакция вторжения, ощущение беспомощности, неспособность действовать, оцепенение.

Соматическая психотерапия ПТСР. Психологическая работа заключается в пошаговом восстановлении диссоциированных связей между «Я» и телесными ощущениями, между «Я» и окружающим миром, в восстановлении целостности переживания и дальнейшей разрядки скопившейся энергии реакций (борьба или побег), незавершенных во время травматизации.

Упражнение «Постукивания» направлено на восстановление ощущений тела: Начните с легкого постукивания кончиками правой руки по левой ладони. Повторяйте это до тех пор, пока не добьетесь отчетливого физического осознания, что эта ладонь Ваша. Затем остановитесь и в течение некоторого времени изучайте ощущения, наполняющие ладонь. Что Вы чувствуете? Легкое покалывание? Вибрацию? Онемение? Прилив тепла? Холод? Посмотрите на свою ладонь и скажите вслух: «Это моя ладонь. Это ладонь принадлежит мне, она часть меня» (найдите свои слова, чтобы выразить мысль о том, что Вы владеете этой частью тела).

Упражнение «Заземление» направлено на восстановление ощущения опоры под ногами, нарушающееся при травме: Встаньте прямо, почувствуйте, что Ваши стопы твердо стоят на полу. Обратите внимание, как напряглись крупные мышцы Ваших ног. Ощутите, как Ваши подошвы плотно соприкасаются с полом. Медленно покачайтесь из стороны в сторону, а потом вперед – назад. Попробуйте обнаружить центр тяжести Вашего тела. Положите кисти рук на нижнюю часть живота и ощутите центр тела.

Гештальт терапия ПТСР. Работа с ПТСР направлена на постепенное «размораживание» травматического комплекса, представляющего собой сочетание состояния замирания, диссоциативных феноменов, тревоги, беспомощности, утраты осознанности и свободы обращения субъекта с реальностью. Значительную роль в психотерапии травмы играет восстановление у клиента функции ярости, утрачиваемой в травматической ситуации. Утрата ярости блокирует в травматической ситуации реализацию поведения, направленного на спасение (бегство или борьба), что приводит к застаиванию энергии данных незавершенных действий.

Упражнение «Проигрывание» направлено на восстановление свободы обращения с реальностью, размораживание телесной скованности, завершение незавершенных в травматической ситуации действий: Вспомните ситуацию из своей жизни, в которой Вы получили физическое повреждение. Мысленно представьте последовательно всю ситуацию и обнаружьте момент, в котором Вы не могли уже предотвратить происходящее и переживали беспомощность. Вернитесь к моменту до возникновения чувства беспомощности и пофантазируйте, какие действия Вы могли бы (возможно хотели) предпринять, если бы были наделены необычной ловкостью, смелостью, изобретательностью и так далее.

Фантазируйте, обращая внимание на свои телесные переживания, давая себе интегрировать новый опыт завершения ситуации.

Бихевиоральная терапия ПТСР. Направлена на изменение дисфункционального поведения для лучшего удовлетворения своих потребностей, обучению процессу принятия решений.

Упражнение «Моделирование поведения»: Участнику предлагается подходящим для него способом продемонстрировать свое поведение в группе. Другим участникам группы следует отозваться, в какой степени продемонстрированное им поведение является уверенным. Желающие участники могут (на основе показанного примера) смоделировать свои примеры уверенного поведения. Полученные результаты обсуждаются в группе, наиболее подходящие модели поведения усваиваются.

Проведение демонстрационной сессии по работе с психологической травмой, разбор сессии.

Практические задания:

Задание № 1.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт по реабилитации жертв пыток в армии и членов их семей. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 2.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт по психологическому сопровождению работы по идентификации погибших. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 3.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций имеющиеся подходы и программы по комплексной реабилитации вынужденных переселенцев из «горячих точек». Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 4.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт организации психологической помощи военнослужащим, проходившим службу в «горячих точках», а также членам их семей. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 5.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт подготовки населения и/или специалистов к оказанию помощи жертвам террористических актов. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 6.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт использования методов трансперсональной психологии и телесной терапии в работе с травмой и ПТСР. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 7.

Сравните возможности, ограничения и эффективность таких методов работы с ПТСР, как: метод десенсибилизации и переработки травм движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), визуально-кинестетическая диссоциация (ВКД), дебрифинг.

Тема 7. Психологические аспекты посттравматического стресса у детей

Вопросы для обсуждения:

1. Проблема психотравматического опыта у детей и подростков.
2. Встречаемость ПТСР у детей и особенности его протекания.
3. Проблема насилия над детьми.
4. Психотравмирующие факторы в детских учреждениях.
5. Переживание горя ребенком.
6. Опишите прогноз психического развития ребенка, пережившего психотравму.

Задание 1.

К травматическому опыту у детей относят переживания, связанные со стихийными природными бедствиями, с авариями, с насилием в семье, образовательном учреждении, на улице, с тяжелыми заболеваниями, включая детей-инвалидов, дети-сироты и т.д.

Какой травматический опыт обычно приводит к более тяжелым последствиям у детей?

Задание 2.

Сравните протекание ПТСР у детей и взрослых.

В раздаточном материале 1 даны признаки ПТСР у детей, согласно классификатору DSM-IV.

Раздаточный материал № 1 «Признаки ПТСР у детей»

Критерий А

Ребенок пережил травматический эпизод, выходящий за пределы его обычного жизненного опыта. Переживания сопровождались интенсивными негативными эмоциями, такими как ужас, чувство беспомощности. У детей также может наблюдаться дезорганизованное или ажитированное поведение.

Критерий В

У ребенка наблюдается навязчивое воспроизведение травматического эпизода, проявляющееся в повторяющихся воспоминаниях, мыслях, действиях, снах о травматической ситуации или пугающих снах без определенного содержания. Воспроизведение травматической ситуации у детей младшего возраста может проявляться также и в проигрывании ее.

Критерий С

Упорное избегание стимулов, связанных с травмой и скованность общего реагирования (не наблюдаемое до травмы), например, попытки избегать мыслей, чувств или разговоров, связанных с травмой; попытки избегать деятельности, мест или людей, которые могли бы пробудить воспоминания о травмирующей ситуации;

неспособность вспомнить важные аспекты травмы; заметное уменьшение интереса или участия в значимой ранее деятельности; потеря приобретенных навыков; ощущение отчужденности от других; ощущение укороченной временной перспективы. Это ощущение проявляется в том, что дети не только не могут представить себя взрослыми, но и не могут представить более близкие перспективы (1-2 года).

Критерий D

Устойчивые симптомы возрастающего напряжения (не наблюдаемые до травмы). Например, у ребенка появляются проблемы со сном; он становится раздражительным; возникают трудности концентрации внимания; а также гипербдительность, преувеличенная реакция страха.

Критерий F

Нарушения вызывают заметные расстройства в учебе, общении и других значимых сферах деятельности.

Задание 3.

При каких обстоятельствах смена школы может стать серьезной психотравматизацией для детей и подростков?

Задание 4.

Общеизвестно, что стрессогенность события определяется его восприятием индивидом. Чем можно объяснить устойчивость некоторых личностей или, наоборот, повышенную чувствительность к стрессам у детей и подростков?

Задание 5.

Может ли развод родителей или запугивание ребенка в школе без применения реального физического вреда приводить к возникновению посттравматического стресса у детей и подростков? Аргументируйте свое мнение.

Практическое занятие 8. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов

Вопросы для обсуждения:

1. Как называются изменения во внутреннем опыте консультанта, которые возникают в результате его эмпатической вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматическое состояние?
2. Как вы считаете, может ли помогающий специалист избежать вторичной травматизации? Почему (обоснуйте свой ответ)?
3. Какими способами консультант (помогающий специалист) может защитить себя от вторичной травмы?

Задание 1. Упражнение «Основные потребности консультанта»

Инструкция: Внимательно прочитайте список потребностей помогающего специалиста, приведенный ниже (раздаточный материал № 1). Ответьте на вопросы (можно письменно):

- Какие из этих потребностей удовлетворены в настоящий период вашей жизни в достаточной мере?
- Какие – удовлетворены еще не полностью или не удовлетворены вообще?
- Что можно сделать в своей настоящей ситуации, чтобы удовлетворить эти потребности?

Поделитесь своими ответами с партнером, а затем – в группе.

Раздаточный материал № 1 «Потребности помогающего специалиста»

- Описать свою работу в условиях конфиденциальности
- Получить обратную связь
- Развивать профессиональные навыки, получать новые знания
- «Выпускать пар»
- Уважать свои чувства, как позитивные, так и негативные
- Чувствовать себя оцененным коллегами

Задание 2. «Подкрепляющие и ограничивающие сообщения о проблеме».

Подумайте о какой-либо своей проблеме, связанной с профессиональной деятельностью. Определите ограничивающие сообщения в связи с этой проблемой (пример ограничивающий сообщений «Не думай!», «Не злись!», «Не проявляй инициативу!»). Противопоставьте им подкрепляющие – то есть позитивные утверждения о себе самом; здоровые сообщения, которые мы мало слышали в детстве (пример подкрепляющих сообщений «Живи!», «Исследуй мир!», «Подкрепляй свои чувства!»).

Задание 3. Упражнение «Колесо личного благополучия»

Цель – осознание ресурсов и резервов в личной и профессиональной сфере как источников профилактики эмоционального выгорания.

Материалы: раздаточный материал № 1, фломастеры

Инструкция: Отметьте точкой на каждой спице колеса то, как вы оцениваете свое состояние в данный момент. Проведите линию, последовательно соединяющую эти точки друг с другом. Сравните контуры «идеального колеса» с той фигурой, которая получилась после соединения точек.

Обсуждение:

Какая сфера жизнедеятельности у вас наиболее благополучна? А какая – наименее? Рассмотрите получившийся от соединения точек контур. Похож ли он на круг? Может ли ваше «колесо катиться по жизни»? какие чувства оно у вас вызывает? Что бы вам хотелось изменить?

Перечислите шаги, которые вам необходимо сделать, чтобы достичь этих изменений.

Время: 30-40 минут.

Раздаточный материал № 1 «Колесо личного благополучия»

3. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ

Основной целью самостоятельной работы студентов является подготовка к практическим занятиям и экзамену по дисциплине, а также, совершенствование практических навыков освоения данного курса.

Самостоятельную работу студентов можно разделить на несколько видов. Это подготовка к текущим домашним заданиям, самостоятельное чтение рекомендованной литературы по специальности, защита рефератов, разработка и презентация проектов.

Уровень сформированности компетенции оценивается в соответствии с программой курса, распределением часов по видам и формам работ. Успешное усвоение курса предполагает активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной, повседневной работы.

Общие рекомендации: изучение дисциплины следует начинать с проработки рабочей программы дисциплины, методических указаний и разработок, указанных в программе, особое внимание уделяется структуре и содержанию курса.

Необходимо систематически готовиться к практическим (семинарским) занятиям, изучать рекомендованные к прочтению учебные пособия, монографии, научные статьи и другие материалы. Также при подготовке заданий приветствуется использование любой соответствующей теме научной литературы на родном и иностранном языках, включая различные источники Интернет.

Методический материал, обеспечивает рациональную организацию самостоятельной работы студентов на основе систематизированной информации по темам практических занятий курса.

Для успешного изучения теоретического материала дисциплины студентам предлагается выполнить практико-ориентированные задания, которые преследуют следующие дидактические цели:

- закрепление, углубление, расширение и систематизация знаний;
- самостоятельное овладение новым учебным материалом;
- развитие умений использовать методики и техники самообразовательной деятельности и личностного роста.

Роль этого вида учебной деятельности позволяет сформировать у магистрантов потребность к постоянному самообразованию, развитию навыков самостоятельной познавательной деятельности.

К каждой практической работе студенты оформляют *конспект*, в котором указываются:

- тема и цели работы;
- описание обрабатываемых знаний, умений, навыков (методик, техник и т.п.);
- выводы.

При подготовке к практическому занятию необходимо уточнить план его проведения, продумать формулировки и содержание учебных вопросов, выносимых на обсуждение, ознакомиться с новыми публикациями по теме занятия и составить список обязательной и дополнительной литературы по вопросам плана занятия. Ведущей дидактической целью практических занятий является систематизация и обобщение знаний по изучаемой теме, разделу, формирование умений работать с дополнительными источниками информации, сопоставлять и

сравнивать точки зрения, конспектировать прочитанное, высказывать свою точку зрения и т.п.

Оценка производится через механизм совместного обсуждения, сопоставления предложенных вариантов ответов с теоретическими и эмпирическими научными знаниями, относящимися к данной предметной области.

При подведении рейтинга студента принимаются во внимание работа на практических занятиях (обсуждение теоретических вопросов, выполнение практических заданий и т.д.).

При подготовке к практическим занятиям следует использовать основную литературу из представленного списка, а также руководствоваться приведенными указаниями и рекомендациями. Для наиболее глубокого освоения дисциплины рекомендуется изучать литературу, обозначенную как «дополнительная» в представленном списке.

На практических занятиях приветствуется активное участие в обсуждении конкретных ситуаций, способность на основе полученных знаний находить наиболее эффективные решения поставленных проблем, уметь находить полезный дополнительный материал по тематике занятий.

Студенту рекомендуется следующая схема самостоятельной подготовки к практическому занятию:

1. Прочитать основную и дополнительную литературу, рекомендованную по изучаемому разделу.
2. Ответить на вопросы плана практического занятия.
3. Выполнить домашнее задание.
4. Проработать тестовые задания и/или задачи.
5. При затруднениях сформулировать вопросы к преподавателю.

Если в процессе самостоятельной работы над изучением теоретического материала или при решении задач у студента возникают вопросы, разрешить которые самостоятельно не удастся, необходимо обратиться к преподавателю для получения у него разъяснений или указаний. В своих вопросах студент должен четко выразить, в чем он испытывает затруднения, характер этого затруднения. За консультацией следует обращаться и в случае, если возникнут сомнения в правильности ответов на вопросы самопроверки.

• **Примерные задания и задачи для подготовки к практическим занятиям**

Тема 1. Теоретические основы посттравматического стресса

Задание № 1

Ознакомьтесь с нижеизложенными утверждениями, касающимися стрессов. Определите, какие из них ложные, а какие верные. Обоснуйте свою точку зрения.

Список утверждений:

- Связанные со стрессом симптомы и психосоматические заболевания не могут причинить мне реального вреда, поскольку все они существуют только в моем воображении.
- Только слабые люди страдают от стресса.
- Я не несу ответственности за стресс в моей жизни. Стресс в наше время неизбежен - мы все его жертвы.
- Я всегда знаю, когда я испытываю чрезмерный стресс.

- Распознать источники чрезмерного стресса легко.
- Все люди реагируют на стресс одинаково.
- Когда я начинаю испытывать чрезмерный стресс, все, что я должен сделать, - это сесть и расслабиться.

Задание № 2.

Проанализировать выпуски «Психологического журнала» (1980г. – по н. в.) и классифицировать имеющиеся публикации по рассматриваемой теме по следующим основаниям: 1) теоретические и эмпирико-прикладные, 2) по содержательному аспекту. Работу желательно представить в виде таблиц или схем. Кроме этого необходимо дать письменно аннотацию каждой публикации.

Задание № 3.

Конспектирование статьи: Магомед-Эминов М.Ш. Предыстория концептуализации феномена ПТСР (посттравматического стрессового расстройства) // Психология состояний. Хрестоматия./ Составители Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, СПб.: Речь, 2004. – С. 347-354.

Тема 2. Теоретические модели посттравматического стресса

Задание № 1.

Цель – выявление компетентности при определении высокой вероятности совершения насильственных действий в отношении детей.

Выделите основные последствия физического насилия над детьми:

1. Импульсивность поведения.
2. Повышенная активность.
3. Отсутствие доверия к людям.
4. Депрессии.
5. Снижение способности к самовыражению.

Правильный ответ: 2

Задание № 2.

Цель – определение компетентности при анализе проявлений ПТСР в зависимости от типа стрессоров.

Н.В. Тарабрина (2008, С.13) в автореферате докторской диссертации пишет о том, что «интериоризация травматического воздействия происходит на разных иерархических уровнях психики человека в зависимости от типа стрессоров: «событийных» и «невидимых». «Событийный» стресс вызван переживанием непосредственно воспринимаемого стрессора через органы чувств, «невидимый» стресс обусловлен субъективно-эмоциональным реагированием на имеющиеся у данного человека знания об угрозе жизни, которой он подвергается. Психологическая картина посттравматического стресса при воздействии разных типов стрессоров «событийного» и «невидимого» - различна».

1) Распределите предложенные стрессоры на «событийные» и «невидимые»:

1. Участники боевых действий.

2. Стихийные бедствия и катастрофы.
3. Беженцы
4. Потеря близкого человека.
5. Тяжелое физическое заболевание (например, онкология).
6. Физическое и сексуальное насилие.
7. Радиационная угроза.

Правильный ответ: «событийные» стрессоры – 1, 2, 4, 6. «невидимый» стрессор – 3, 5, 7.

2) Опишите, в чем состоит основное различие психологической картины посттравматического расстройства у участников боевых действий и участников ликвидации аварии на ЧАЭС?

Правильный ответ: Различия наиболее проявляются в феномене укороченной жизненной перспективы. При оценке эмоциональной составляющей жизненной перспективы жизненной перспективы «ликвидаторы» с признаками ПТСР острее переживают перспективу одинокой жизни и в большей степени испытывают зависимость от состояния здоровья.

Задание № 3.

Цель – выявление компетентности при определении феноменов диссоциации при посттравматическом стрессе.

Диссоциативными феноменами являются, за исключением:

1. Абсорбация.
2. Галлюцинации
3. Рассеянность.
4. Явления деперсонализации.
5. Диссоциативные изменения идентичности.
6. Амнезии.

Правильный ответ: 2.

Задание № 4.

Создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике:

1. кризисных состояний подростков;
2. стрессовых состояний у дошкольников в результате насильственных действий со стороны взрослых и более старших детей;
3. стрессовых состояний у дошкольников в результате переживания утраты близких;
4. стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей;
5. лиц, переживших чрезвычайные ситуации техногенного характера;
6. лиц, переживших чрезвычайные ситуации природного характера;
7. лиц, переживших чрезвычайные ситуации социального характера (террористические акты, нападения и др.).

Задание № 5.

- Осуществить анализ существующих теоретических моделей ПТСР по плану: 1) направление,
2) представители,
3) теоретико-методологические и исторические предпосылки,
4) основные причины ПТСР,
5) методы диагностики,
6) возможные пути оказания психологической помощи.

Задание № 6.

Конспектирование статьи: Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального (травматического) стресса: посттравматическая стрессовая адаптация // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 561-575.

Задание № 7.

Представить, опираясь на публикации, примеры посттравматического стресса, обусловленного разными причинами (военные действия, техногенные катастрофы, террористические действия и др.). Показать общие и специфические особенности протекания ПТСР.

Задание № 8.

Конспектирование статьи: Знаков В.В. Понимание воинами-интернационалистами ситуаций насилия и унижения человеческого достоинства // Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 95-111.

Тема 3. Общая характеристика ПТСР

Задание № 1.

По МКБ-10 ВОЗ выписать критерии посттравматического стрессового расстройства. Особо стоит обратить внимание на дифференциальную диагностику, необходимость отграничивать данный феномен от близких явлений.

Задание № 2.

Выделить общее и специфическое в диагностических показателях ПТСР в МКБ-10 ВОЗ и DSM-IV. Работу выполнить в виде таблицы.

Тема 4. Диагностика стрессовых состояний

Задание № 1

Студентам предлагается самообследование по предложенным ниже методикам и составление заключения об особенностях переживания стрессовых состояний одного человека и по результатам самообследования.

Предлагаемые методики:

- Методика «Духовный кризис»
- Методика «Психологическое благополучие личности»
- Опросник «Синдром эмоционального выгорания» В.Бойко

- Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору)
- Опросник способов совладания (Адаптация методики WCQ)
- Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И.Вассермана
- Методики на определение уровня тревожности
- Методика на выявление уровня агрессивности

Перечисленные методики не являются строго обязательными; их можно заменять другими, адекватными заявленной теме.

Тема 5. Методы исследования ПТСР

Задание № 1.

Назовите сходство и различие между такими травматическими событиями, как террористический акт, природные катастрофы и техногенные катастрофы.

Какое может быть объяснение факту меньшей частоты развития ПТСР вследствие природных катастроф, чем террористических актов?

Конкретные факты приведены в раздаточном материале 1.

Раздаточный материал № 1

North с соавт. Провели анализ литературных данных по частоте развития ПТСР после различных травматических событий и обнаружили, что террористический акт является наиболее серьезной угрозой психическому здоровью населения по сравнению с природными катастрофами:

- после извержения вулкана ПТСР развилось у 2% населения (Shore, Tatum, Volhner, 1986);
- после проливного дождя у 4% было выявлено ПТСР (Canino, Bravo, Rubia, Woodbury, 1990);
- после наводнения 408% населения страдало от ПТСР (Smith, Robins, przybeck, Godring, 1986);
- прорыв плотины вызвал развитие ПТСР у 44% (Green, Lindy, Grace et al., 1990);
- после пожара у 53% населения было выявлено ПТСР (MacFarlane, 1996);
- после крушения самолета у 54% населения возникло ПТСР (Sloan, 1988);
- в результате бомбардировки в г. Оклахома у каждого третьего жителя развилось ПТСР (North et al., 1999).

Задание № 2.

Приведите доводы того, возможно или нет ПТСР у лиц, перенесших стресс радиационной угрозы.

Задание № 3.

Проведите сравнительный анализ протекания ПТСР у детей и взрослых. В чем сходство и различие?

Задание № 4.

Объясните повышенный риск комплекса суицидального поведения у лиц с ПТСР с позиций когнитивной, психодинамической и др. концепций психической травмы.

Тема 6. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе

Задание № 1.

Проанализировать существующие программы помощи лицам с посттравматическим стрессовым расстройством в зависимости от возрастного статуса пациента, в связи с причинами, приведшими к формированию ПТСР. Для этого можно ознакомиться с работой психологических центров.

Задание № 2.

Сравнить механизмы и техники помощи пациентам с посттравматическими стрессовыми расстройствами, применяемые в подходах, основанных на различных теоретических ориентациях.

Задание № 3.

Конспектирование статьи: Тукаев Р.Д. Позиция психотерапевта в первой помощи родственникам погибших в терактах и техногенных катастрофах // Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический институт РАО, 2008. – С. 206-210.

Задание № 4.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций имеющиеся подходы и программы по комплексной реабилитации вынужденных переселенцев из «горячих точек». Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 5.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт организации психологической помощи военнослужащим, проходившим службу в «горячих точках», а также членам их семей. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 6.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт подготовки населения и /или специалистов к оказанию помощи жертвам террористических актов. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 7.

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт использования методов трансперсональной психологии и телесной терапии в работе с травмой и ПТСР. Подготовьте презентацию в группе.

Задание № 8.

Сравните возможности, ограничения и эффективность таких методов работы с ПСТР, как: метод десенсибилизации и переработки травм движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), визуально - кинестетическая диссоциация (ВКД), дебрифинг.

Тема 7. Психологические аспекты посттравматического стресса у детей

Задание № 1.

Законспектируйте и проанализируйте:

Баканова, А. А. Смерть и работа горя / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова [и др.] // Искусство исцеления души: этюды о хологической помощи / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова [и др.]. — СПб.: Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена: Союз, 2001. С. 182—212.

Задание № 2.

Развод родителей при определенных обстоятельствах может стать для ребенка психогенным фактором, приводящим к нарушениям поведения или возникновению нервных или соматических расстройств. Г. Фигдор (с.119-120) рассматривает типичные неблагоприятные условия, приводящие к негативным последствиям: в семье на протяжении долгих лет разыгрываются конфликты, пока они не приведут к разводу; большинство людей не умеют дружелюбно заканчивать отношения; борьба за то, «кто получит детей»; социальная изоляция разведенной матери, особенно в тех случаях, когда на нее возложена опека; тяжелая экономическая ситуация матери; частичная потеря родительского чувства ответственности в результате личных трудностей и непреодолимых душевных кризисов.

Может ли быть развод родителей положительным для дальнейшего развития ребенка?

Задание № 3.

У детей рассматриваются следующие факторы, влияющие на степень тяжести психологических последствий и их продолжительность:

1. объективная интенсивность травмирующей ситуации;
2. субъективная оценка ее тяжести ребенком;
3. индивидуальная предрасположенность ребенка к развитию ОСР, ПТСР и иным негативным последствиям;
4. пол ребенка, так как некоторые авторы считают, что у девочек признаки ПТСР более выражены;
5. возраст и уровень развития влияет на восприятие и запоминание травматического события;
6. благополучие или неблагополучие родительской семьи.

Могут ли встречаться признаки ПТСР у новорожденных детей и детей младшего возраста и если, да, то в чем это проявляется?

Как влияет семейное функционирование на развитие ПТСР у детей?

Задание № 4.

Консультативный случай: «Мальчик, 4 года. Мама ребенка обратилась к психологу по поводу резкого повышения капризности ребенка, говорит, что мальчик стал неуправляемым. Несколько месяцев раньше родители ребенка развелись, мальчик живет с мамой. Симптомы, на мнение мамы, усугубляются при общении ребенка с отцом, чему мама активно препятствует. Считает, что в семье бывшего мужа ребенка настраивают против нее. Мать беспокоится, что ребенок сильнее привязывается к отцу, считает это проблемой».

1. Проанализируйте ситуацию и ответьте на вопросы.
2. Что в поведении мамы провоцирует появление данных особенностей у ребенка?
3. Дайте прогноз личностного развития клиента и опишите возможные последствия данной ситуации.

Задание № 5.

Консультативный случай: «Девочка, 4,5 года. Часто болеет простудными заболеваниями. Посещать детский сад отказывается. Приходя туда после выздоровления, заболевает вновь. За последний год периоды между болезненными состояниями девочки резко сократились. У матери появились проблемы на работе из-за постоянных отгулов. Девочка капризничает, чувствует себя хорошо только в присутствии матери».

1. Проанализируйте ситуацию и ответьте на вопросы.
2. Что в поведении мамы провоцирует появление данных особенностей у ребенка?
3. Какую социальную роль играет ребенок в данной семье?
4. Дайте прогноз личностного развития клиента и опишите возможные последствия данной ситуации.

• Тесты для текущего контроля и самоконтроля

1. Дополните недостающую стадию стресса в соответствии с концепцией «общего адаптационного синдрома» Г. Селье:
 - a) стадия тревоги, которая состоит из фаз «шока» и «противошока»;
 - b) стадия
 - c) стадия истощения.

2. Вставьте пропущенные слова:

Сублимация - приемлемая для данной культуры трансформация инстинктов в какую-либо общепринятую сферу (художественную, интеллектуальную, социальную и т.д.), где они могли бы раскрыться.

Рационализация - для проблем, вызывающих страх, ищется объяснение, чтобы избавиться их от угрожающего содержания.

Отрицание - потенциально травматическая реальность как таковая.

Вытеснение - мысли, образы или воспоминания, вызывающие страх, вытесняются в

Регрессия - переход какой-то формы психической организации на более ступень.

Проекция - желания или чувства, вызывающие страх, приписываются

Правильный ответ: сексуальных; разумное; не воспринимается; бессознательное; раннюю; другим.

3. Существует несколько классификаций стрессоров. Одна из них основана на участии стрессоров в организации эмоционально-стрессовой реакции у человека. Всего выделяется четыре группы стрессоров:
- а) стрессоры активной деятельности,
 - б) стрессоры оценок,
 - в) стрессоры рассогласования деятельности,
 - г) физические и природные стрессоры.

Разнесите перечисленные ниже стрессоры по предложенным группам.

- 1) стрессоры предстоящих состязаний;
- 2) стрессор сильного звука, качки, жары и т.д.;
- 3) стрессоры зрелищ;
- 4) стрессоры психосоциальной мотивации (соревнования, конкурсы, экзамены);
- 5) стрессор конфликта в семье;
- 6) стрессор сенсорной депривации;
- 7) стрессор заболевания;
- 8) стрессор успеха в искусстве;
- 9) стрессор подводных погружений или парашютных прыжков;
- 10) стрессор любви;
- 11) стрессор ожидания угрозы;
- 12) стрессор ограничения обычной сферы общения и деятельности и т.д.

Правильный ответ:

- а) 4, 9
- б) 1, 3, 8, 10, 11
- в) 5, 6, 7, 12
- г) 2

4. **Вставьте пропущенные слова:**

ПТРС – это реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у любого человека, такой как природные и техногенные катастрофы, боевые действия, пытки, изнасилования и др.

Правильный ответ: непсихотические отсроченные.

5. **ПТСП – это синдром, обусловленный следующими психосоциальными факторами, за исключением:**

- 1. Уровень интеллектуального развития человека.
- 2. Природа происходящего события.
- 3. Свойства травмированной личности.
- 4. Характеристики окружения.
- 5. Материальные возможности.

6. **Критерий ПТСП по DSM-IV C. (постоянное избегание стимулов, связанных с травмой, и numbing – блокировка эмоциональных реакций, оцепенение (не наблюдалось до травмы) определяется по наличию перечисленных ниже особенностей, за исключением:**

- 1. Усилия по избеганию мыслей, чувств или разговоров, связанных с травмой.

2. Повторяющиеся тяжелые сны о событии.
3. Заметно сниженный интерес или участие в ранее значимых видах деятельности.
4. Чувство отстраненности или «отдаленности» от других людей.
5. Чувство отсутствия перспективы.
6. Сниженная выраженность аффекта.

Правильный ответ: 2

7. Психическая травма может возникнуть, когда:

- a) Человек пережил или стал очевидцем события, связанного со смертью или ранением другого человека;
- b) Событие сопровождалось интенсивными переживаниями страха, ужаса и беспомощности;
- c) Событие не сопровождалось сильными переживаниями ужаса и страха.

8. К факторам риска возникновения посттравматического стрессового расстройства относятся:

- a) Сила и длительность травмирующего фактора;
- b) Недостаточная поддержка близких;
- c) Злоупотребление алкоголем;
- d) Наличие в биографии ситуаций, связанных с угрозой здоровью и жизни, как своей, так и близких людей;
- e) Все ответы правильные.

9. Посттравматическое стрессовое расстройство может проявиться:

- a) В течение 1 часа после события;
- b) Через 7 дней – первые проявления;
- c) Через несколько месяцев;
- d) Через несколько лет.

10. К какой группе симптомов посттравматического стрессового расстройства относятся следующие характеристики: повторные навязчивые, негативные воспоминания о событии; связанные с событием сны; переживание нового стресса при событиях, напоминающих или символизирующих пережитую травму; внезапные поступки и чувства, как если бы пережитое событие происходило сейчас:

- a) к группе симптомов избегания;
- b) к группе симптомов повторного переживания;
- c) к группе симптомов повышенной возбудимости.

11. Назовите этапы переживания травматической ситуации. Приведите примеры, в которых бы говорилось о каждой из фаз переживания.

12. К какой группе симптомов посттравматического стрессового расстройства относятся следующие характеристики: невозможность вспомнить детали происшедшего события; чувство отстраненности, отчужденности от других людей; избегание мыслей, чувств и деятельности, связанных с происшедшим

событием; потеря доступа к ресурсам прошлого; отсутствие ориентации на дальнейшее будущее:

1. к группе симптомов избегания;
2. к группе симптомов повторного переживания;
3. к группе симптомов повышенной возбудимости.

13. При посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР) психические нарушения (например, галлюцинации, депрессия) – это:

- a) «нормальная реакция на ненормальную ситуацию»
- b) симптомы психического заболевания у клиента, требующие переадресации к психиатру
- c) ни один ответ не верен

14. Факторами риска возникновения ПТСР являются:

- a) низкий уровень образования
- b) интенсивность и внезапность психотравмирующей ситуации
- c) хронический стресс
- d) верны все варианты ответа

15. Какие стратегии являются наиболее эффективными для преодоления состояния ПТСР:

- a) целенаправленное возвращение к воспоминаниям о травмирующем событии в целях его анализа и полного осознания всех обстоятельств травмы
- b) осознание клиентом (носителем травматического опыта) значения травмирующего события
- c) избегание упоминаний о травме

16. Психологическая помощь при ПТСР должна быть ориентирована на:

- a) снижение тревоги
- b) восстановление чувства личностной целостности и контроля над происходящим
- c) верны оба варианта ответа
- d) ни один ответ не верен

17. Информирование клиента о характере и особенностях протекания переживаемого им посттравматического стрессового расстройства является при оказании психологической помощи:

- a) недопустимым
- b) одной из задач помощи
- c) допустимым, но при определенных условиях

18. Целенаправленное возвращение клиента с ПТСР к воспоминаниям о травмирующем событии является:

- a) одной из стратегий психологической помощи и непременным условием для интеграции опыта
- b) дополнительным психотравмирующим воздействием на личность клиента
- c) проявлением непрофессионализма психолога

d) ни один ответ не верен

19. **Опишите особенности посттравматического синдрома у детей по сравнению со взрослыми (2-3 отличительных признака)**

20. **Экстремальные кризисные события, обладающие мощным негативным воздействием и требующие от человека экстраординарных усилий по совладанию с ними, называются:**

- a) стрессогенные ситуации
- b) травматические ситуации
- c) чрезвычайные ситуации
- d) верны все варианты ответов

21. **Изменения во внутреннем опыте консультанта, которые возникают в результате его эмпатической вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматическое состояние, называются:**

- a) профессиональный стресс
- b) эмоциональное выгорание
- c) вторичная травма
- d) личностная деформация

22. **Вставьте пропущенные слова:**

Под проигрыванием травматической ситуации следует понимать особые игры, в которых дети, не изменяя, событий, просто их очередность, имевшую место при травме, один и тот же сюжет, отражающий их понимание ситуации. Эти игры не приносят ребенку облегчение. То же относится и к рисункам.

Правильный ответ: монотонно, последовательности, повторяя, повторяют.

23. **К особенностям детского горя можно отнести следующие проявления, за исключением:**

- 1. Отсроченность
- 2. Осознанность
- 3. Скрытость
- 4. Неожиданность
- 5. Неравномерность.

Правильный ответ: 2

• **Тематика рефератов и методические рекомендации по их написанию**

- 1. История изучения ПТСР.
- 2. Теории ПТСР.
- 3. Острые стрессовые реакции.
- 4. Феномен адаптации личности к трудностям.
- 5. Детерминанты устойчивости к психическому стрессу.

6. Стратегии психологической помощи, наиболее эффективные для преодоления ПТСР.
7. Эмоциональное выгорание и вторичная травматизация в деятельности специалистов помогающих профессий.
8. Способы помощи и самопомощи для профилактики вторичной травматизации и эмоционального выгорания.
9. Отдаленные последствия боевой психической травмы.
10. Посттравматический стресс при тяжелом заболевании.
11. Посттравматический стресс у взрослых, жертв насильственных и сексуальных преступлений.
12. Посттравматический стресс у детей, переживших насилие.
13. Переживание горя у детей и взрослых.
14. Методы, способы и техники работы с людьми, пережившими насилие.
15. Отдаленные последствия боевой психической травмы.
16. Методы, способы и техники работы с военнослужащими, принимавшими участие в военных действиях.
17. Посттравматический стресс при террористических актах.
18. Методы, способы и техники работы с людьми, пережившими теракт.
19. Специфика восприятия понятия смерти людьми, принадлежащими к различным социальным, религиозным, возрастным группам.
20. Методы, способы и техники работы с людьми, пережившими потерю.
21. Методы, способы и техники работы с суицидентами.
22. Методы, способы и техники работы с детьми, пережившими экстремальное стрессовое воздействие.
23. Методы, способы и техники работы с людьми, пережившими ДТП.

Методические указания по написанию и оформлению рефератов

Реферат – письменная работа по определенной научной проблеме, краткое изложение содержания научного труда или научной проблемы. Он является действенной формой самостоятельного исследования научных проблем на основе изучения текстов, специальной литературы, а также на основе личных наблюдений, исследований и практического опыта. Реферат помогает выработать навыки и приемы самостоятельного научного поиска, грамотного и логического изложения избранной проблемы и способствует приобщению студентов к научной деятельности.

Последовательность работы:

1. Выбор темы исследования.

Тема реферата выбирается студентом по коду зачетной книжки и (или) на основе его научного интереса. Также помощь в выборе темы может оказать преподаватель.

2. Планирование исследования.

Включает составление календарного плана научного исследования и плана предполагаемого реферата. Календарный план исследования включает следующие элементы:

- выбор и формулирование проблемы, разработка плана исследования и предварительного плана реферата;
- сбор и изучение исходного материала, поиск литературы;

- анализ собранного материала, теоретическая разработка проблемы;
- сообщение о предварительных результатах исследования;
- литературное оформление исследовательской проблемы;
- обсуждение работы (на семинаре, в студенческом научном обществе, на конференции и т.п.).

Каждый элемент датируется временем начала и временем завершения.

План реферата характеризует его содержание и структуру. Он должен включать в себя:

- введение, где обосновывается актуальность проблемы, ставятся цель и задачи исследования;
- основная часть, в которой раскрывается содержание проблемы;
- заключение, где обобщаются выводы по теме и даются практические рекомендации.

3. Поиск и изучение литературы

Для выявления необходимой литературы следует обратиться в библиотеку или к преподавателю. Подбранную литературу следует зафиксировать согласно установленному на дату написания реферата ГОСТу по библиографическому описанию произведений печати. Подбранная литература изучается в следующем порядке:

- знакомство с литературой, просмотр ее и выборочное чтение с целью общего представления проблемы и структуры будущей научной работы;
- исследование необходимых источников, сплошное чтение отдельных работ, их изучение, конспектирование необходимого материала (при конспектировании необходимо указывать автора, название работы, место издания, издательство, год издания, страницу);
- обращение к литературе для дополнений и уточнений на этапе написания реферата. Для разработки реферата достаточно изучение 4-5 основных источников и/или важнейших статей по избранной проблеме. При изучении литературы необходимо выбирать материал, не только подтверждающий позицию автора реферата, но и материал для полемики.

4. Обработка материала.

При обработке полученного материала автор должен:

- систематизировать его по разделам;
- выдвинуть и обосновать свои гипотезы;
- определить свою позицию, точку зрения по рассматриваемой проблеме;
- уточнить объем и содержание понятий, которыми приходится оперировать при разработке темы;
- сформулировать определения и основные выводы, характеризующие результаты исследования;
- окончательно уточнить структуру реферата.

5. Оформление реферата.

При оформлении реферата рекомендуется придерживаться следующих правил:

- следует писать лишь то, чем автор хочет выразить сущность проблемы, ее логику;
- писать последовательно, логично, доказательно (по схеме: тезис – обоснование – вывод);

- соблюдать правила грамматики, писать осмысленно, не злоупотребляя наукообразными выражениями.

При изложении материала необходимо придерживаться принятого плана.

Реферат печатается на стандартном листе бумаги формата А4. Левое поле – 20 мм, правое – 15 мм, верхнее и нижнее – 20 мм. Шрифт Times New Roman размером 14, межстрочный интервал 1,5. Абзацный отступ 1,25 см.

Каждый новый раздел начинается с новой страницы; это же правило относится к другим основным структурным частям работы (введению, заключению, списку литературы, приложениям и т.д.).

В работе можно использовать только общепринятые сокращения и условные обозначения.

Важным моментом при написании реферата является оформление ссылок а используемые источники. При их оформлении следует придерживаться следующих правил:

- текст цитаты заключается в кавычки и приводится в той грамматической форме, в какой он дан в источнике, с сохранением особенностей авторского написания;
- каждая цитата должна сопровождаться ссылкой на источник;
- научные термины, предложенные другими авторами, не заключаются в кавычки.

При цитировании текста цитата приводится в кавычках, а после нее в квадратных скобках указывается ссылка на литературный источник по списку использованной литературы и номер страницы, на которой в этом источнике помещен цитируемый текст. Например: [15, с. 237-239]. Возможно оформление ссылок при цитировании текста в виде концевых сносок со сквозной нумерацией.

• ***Критерии оценки реферата:***

- Оригинальность текста составляет свыше 75% - 3 балла
- Оригинальность текста составляет 50-74 % - 2 балла
- Оригинальность текста составляет 25-49 % - 1 балл
- Оригинальность текста составляет менее 25% - 0 баллов
- привлечены ли наиболее известные работы по теме исследования (в т.ч. публикации последних лет) – 2 балла
- реферат опирается на учебную литературу и/ или устаревшие издания – 1 балл
- Отражение в плане ключевых аспектов темы – 2 балла;
- Фрагментарное отражение ключевых аспектов темы – 1 балл;
- Полное соответствие содержания теме и плану реферата – 2 балла;
- Частичное соответствие содержания теме и плану реферата – 1 балла;
- сопоставление различных точек зрения по одному вопросу (проблеме) – 1 балла;
- Все представленные выводы обоснованы – 2 балла;
- Аргументирована часть выводов – 1 балл.
- Верно оформлены ссылки на используемую литературу – 1 балл
- Соблюдены правила орфографической, пунктуационной, стилистической культуры – 1 балл;
- Соблюдены требования к объёму реферата – 1 балл.

- **Разработка мини-брошюры «Диагностический инструментарий по психодиагностике ПТСР»**

Методические рекомендации по разработке мини-брошюры.

Формат мини-брошюры – 1/3 листа формата А4 (двухсторонняя печать). Для создания брошюры необходимо выбрать тему и целевую группу (для кого предназначена).

Брошюра должна содержать в себе следующую информацию:

1. «Титульный лист» с названием и/или обращением к целевой группе. Для оформления титульного листа брошюры можно использовать фотографии и рисунки.
2. Краткое вступление, обоснование значимости проблемы в обществе, семье или опасности игнорирования данной темы.
3. Определение психологической проблемы, ее краткое описание.
4. Описание «симптомов», по которым можно продиагностировать данную целевую группу.
5. Подборка психодиагностического инструментария, с полной характеристикой.

Студентам на выбор предлагается:

- создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике кризисных состояний подростков;
- создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у дошкольников, в результате насильственных действий со стороны взрослых и более старших детей;
- создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у дошкольников в результате переживания утраты близких;
- создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей;
- создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации природного характера;
- создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации техногенного характера;
- создание мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации социального характера (террористические акты, нападения).

Необходимо обратить внимание на следующие аспекты работы:

- Брошюра должна содержать основную информацию, но не должна быть переполнена текстом.
- Оформление брошюры (расположение текста, выбор шрифтов и картинок, сочетание цветов и т.д.) должно быть аккуратным и гармоничным (в соответствии с законами восприятия).

- Основное содержание брошюры должно отвечать этическим нормам психолога (применение принципов «не навреди (безопасности)», и «обеспечение свободы клиента»), показывать возможности разрешения ситуации и выхода из нее (использование принципов позитивности и потенциальности).

• **Разработка и защита проекта «Разработка программы психологической помощи лицам с ПТСР конкретного генеза»**

Задание по проекту:

1. Разработайте программу психодиагностики и коррекции посттравматического стрессового расстройства конкретного генеза и типа.
2. Определите цели и задачи, охарактеризуйте основные направления деятельности психолога в рамках оказания психологической помощи лицам, страдающим подобным расстройством.
3. Опишите лиц, наиболее подверженных данному расстройству.
4. Подберите психодиагностический инструментарий для диагностики данного расстройства.
5. Составьте коррекционно-реабилитационную программу работы психолога с лицами, страдающими подобным расстройством.
6. Представить проект к публичной защите с визуальным сопровождением (мультимедийная презентация - инфографика).

Критерии оценивания проекта:

Оценивание проекта проводится по 4-х бальной шкале:

3 балла ставится если студент:

- владеет научной терминологией;
- описывает систему мероприятий, обосновывает необходимость мероприятий разного типа
- подбирает мероприятия адекватные поставленной задаче;
- осознает особенности психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности.
- учитывает психологические и культурные особенности аудитории

2 балла ставится если студент:

- владеет научной терминологией;
- осознает особенности психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности.
- способен описать несколько различных мероприятий, адекватных поставленной задаче, при помощи наводящих вопросов способен обосновать цель того или иного мероприятия;

1 балл ставится если студент:

- осознает основные особенности психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности.
- при использовании научной терминологии, формулировке элементов программы и методов допускает существенные ошибки.

0 баллов ставится если студент

- не осознает специфики психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности,

- не может сформулировать и описать элементы программы мероприятий,
- не владеет терминологией;
- не способен подобрать методы адекватные поставленной задаче

4. ПЕРЕЧЕНЬ ВОЗМОЖНЫХ ВОПРОСОВ ДЛЯ КОНТРОЛЯ И САМОКОНТРОЛЯ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Опишите влияние экстремальной ситуации на человека.
2. Опишите стадии развития общего адаптационного синдрома.
3. Дайте определение понятию «стрессоустойчивость».
4. Влияние личностных особенностей человека на степень его стрессоустойчивости.
5. Психологический стресс: определение и характеристики.
6. Охарактеризуйте острое стрессовое расстройство.
7. Опишите понятие «психическая травма».
8. Характеристика травматической стрессовой ситуации.
9. Основные психологические концепции посттравматических стрессовых расстройств.
10. Условия восприятия человеком сильного стресса как травматического.
11. Факторы, влияющие на степень воздействия на человека сильной стрессовой ситуации.
12. Стратегии поведения людей, получивших психическую травму.
13. Феномен компульсивного поведения.
14. Динамика переживания травматической ситуации.
15. Условия возникновения ПТСР.
16. Виды диагностики психических состояний.
17. Критерии метода наблюдения в контексте диагностики.
18. посттравматического стрессового расстройства.
19. Особенности когнитивной сферы лиц, страдающих ПТСР.
20. Особенности конативной сферы лиц, страдающих ПТСР.
21. Особенности применения и диагностические возможности методик, направленных на изучение ПТСР.
22. Особенности применения методик, направленных на изучение диссоциаций.
23. Особенности эмоциональной сферы лиц, страдающих ПТСР.
24. Параметры самонаблюдения при диагностике посттравматического стрессового расстройства.
25. Проективные методы исследования психических состояний, возможности и ограничения.
26. Структура интервью взрослых, направленных на диагностику ПТСР.
27. Структура интервью для подростков, направленных на диагностику ПТСР
28. Структура интервью для родителей по диагностике ПТСР у детей.
29. Профилактика ПТСР. Оказание психологической помощи пострадавшим при чрезвычайных ситуациях.
30. Охарактеризуйте методы саморегуляции, применяемые для профилактики профессионального выгорания.
31. Обозначьте направления профилактики профессионального выгорания.

Критерии оценки ответа на вопросы:

Ответ оценивается по 4 балльной системе.

3 балла получает студент, если:

- демонстрируемые знания отличаются глубиной и содержательностью, дается полный исчерпывающий ответ, как на основные вопросы, так и на дополнительные;
- студент свободно владеет научной терминологией;
- ответ студента структурирован, содержит анализ существующих теорий, научных школ, направлений и их авторов по вопросу;
- логично и доказательно раскрывает проблему, предложенную в вопросе;
- ответ характеризуется глубиной, полнотой и не содержит фактических ошибок;
- ответ иллюстрируется примерами, в том числе из собственной практики;
- студент демонстрирует умение аргументировано вести диалог и научную дискуссию.

2 балла получает студент, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень, однако отличаются слабой структурированностью; содержание вопроса раскрывается, но имеются неточности при ответе на дополнительные вопросы;
- имеющиеся в ответе несущественные фактические ошибки, студент способен исправить самостоятельно, благодаря наводящему вопросу;
- недостаточно раскрыта проблема по одному из вопросов;
- недостаточно логично изложен вопрос;
- студент не может назвать авторов той или иной теории по вопросу;
- ответ прозвучал недостаточно уверенно;
- студент не смог продемонстрировать способность к интеграции теоретических знаний и практики.

1 балл получает студент, если:

- содержание билета раскрыто слабо, знания имеют фрагментарный характер, отличаются поверхностностью и малой содержательностью, имеются неточности при ответе на основные вопросы;
- программные материалы в основном излагаются, но допущены фактические ошибки;
- студент не может обосновать закономерности и принципы, объяснить факты;
- студент не может привести пример для иллюстрации теоретического положения;
- у студента отсутствует понимание излагаемого материала, материал слабо структурирован;
- у студента отсутствуют представления о межпредметных связях.

0 баллов получает студент, если:

- обнаружено незнание или непонимание студентом сущностной части психологии стресса и ПТСР;
- содержание вопросов не раскрыто, допускаются существенные фактические ошибки, которые студент не может исправить самостоятельно;
- на большую часть дополнительных вопросов студент затрудняется дать ответ или не дает верных ответов.

5. ЭЛЕКТРОННЫЕ ПРЕЗЕНТАЦИИ

В рамках проведения курса на лекционных занятиях демонстрируются электронные презентации по темам:

Тема 1. Теоретические основы посттравматического стресса.

Тема 2. Теоретические модели посттравматического стресса.

Тема 3. Общая характеристика ПТСР.

Тема 4. Диагностика стрессовых состояний.

Тема 5. Методы исследования ПТСР.

Тема 6. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе.

Тема 7. Психологические аспекты посттравматического стресса у детей.

Тема 8. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов

ТРЕБОВАНИЯ К РЕЙТИНГ-КОНТРОЛЮ

Текущий контроль осуществляется в ходе учебного процесса и консультирования студентов, по результатам выполнения различных видов работ, предусмотренных учебной дисциплиной. Основными формами текущего контроля знаний являются:

- обсуждение вынесенных в планах практических занятий вопросов, тем, контрольных вопросов, выполнение практических заданий, решение задач, подготовка рефератов по различной тематике курса, разработка проектов;
- участие в дискуссиях по проблемным темам дисциплины и оценка качества проведенной работы.

Модульная работа проводится дважды за семестр в виде комплексной работы, которая включает в себя тестовые задания, практико-ориентированные задания и задачи. Максимально количество баллов, в которое может быть оценена модульная работа – 20 баллов. Промежуточная аттестация (зачет) предполагает максимальное количество баллов за текущую работу в семестре – 100 баллов.

Распределение максимальных баллов по видам работы:

Вид отчетности	Баллы
Модуль №1	
Текущие виды работы (участие в семинарах, самостоятельное выполнение практических заданий, подготовка рефератов и др.)	30
Модульная работа №1	20
Модуль №1	
Текущие виды работы (участие в семинарах, самостоятельное выполнение практических заданий, подготовка рефератов и др.)	30

Модульная работа №2	20
Зачет	100

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

• **педагогические технологии:**

- традиционная академическая лекция,
- лекция визуализация,
- метод малых групп,
- решение заданий, задач и упражнений,
- разбор различных консультативных случаев в рамках тематики психологии посттравматического стресса,
- проработка приемов и техник в работе с ПТСР.

• **информационные технологии:**

использование мультимедийных технологий в рамках проведения лекционных и практических занятий.

• **программное обеспечение:**

- Google Chrome - бесплатно
- Многофункциональный редактор ONLYOFFICE - бесплатное ПО
- ОС Linux Ubuntu - бесплатное ПО
- Kaspersky Endpoint Security 10 для Windows - Акт на передачу прав № 1842 30.11.2020
- IBM SPSS Statistics 27 - Акт приема-передачи по договору №20201222-1 от 28.12.2020

• **информационно-справочные системы:**

- Цифровой образовательный ресурс IPRsmart (была ЭБС IPRbooks) договор № 05-5/22К от 02.08.2022
- ЭБС "ZNANIUM" договор № 283эбс от 02.08.2022
- ЭБС "ЛАНЬ" договор № 02-е/22 от 02.08.2022
- ЭБС "Университетская библиотека онлайн" договор № 14-06/2022 от 02.08.2022
- "Образовательная платформа ЮРАЙТ" договор № 03-е/22 от 02.08.2022
- Срок подключения с 04 августа 2022 по 03 августа 2023
- Электронно-библиотечная система ТвГУ
<http://megapro.tversu.ru/megapro/Web>
- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU <http://elibrary.ru/>
- Электронная библиотека диссертаций РГБ <http://diss.rsl.ru/>

• **Профессиональные базы данных:**

- База данных международных индексов научного цитирования Scopus www.scopus.com (<http://library.tversu.ru/kratkie-novosti/35-about-library/resurs/488-scopus.html>) ;

- База данных международных индексов научного цитирования [Web of Science](http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html) (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/748-baza-dannykh-mezhdunarodnykh-indeksov-nauchnogo-tsitirovaniya-web-of-science.html>) ;
- Справочно-правовая система «Консультант Плюс» www.consultant.ru (<http://library.tversu.ru/nauchnyeresursy/35-about-library/resurs/348-c.html>) ;
- Психологический навигатор - психологический портал <https://www.psynavigator.ru/> ;
- Национальная психологическая энциклопедия <https://vocabulary.ru> ;
- Психологический портал (базы данных) <http://www.psychology-online.net>

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

Лекционная аудитория, оснащенная мультимедийной техникой; при необходимости задействуется тренинговый класс.

X. Сведения об обновлении рабочей программы дисциплины

№ п.п.	Обновленный раздел рабочей программы дисциплины	Описание внесенных изменений	Дата и протокол заседания кафедры, утвердившего изменения
1.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол кафедры «Психология» №2 от 26.09.2018
2.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине 1. Типовые контрольные задания для проверки уровня сформированности компетенций	Новые варианты оценочных средств	Протокол кафедры «Психология» №2 от 26.09.2018
3.	VII. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	Внесены изменения в учебную программу и методические рекомендации студентам по изучению курса, скорректированы требования к рейтинг-контролю	Протокол кафедры «Психология» №2 от 26.09.2018
4.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой	Корректировка списка основной и	Протокол № 1 от 30.08.2021

	для освоения дисциплины (или модуля)	дополнительной литературы	заседания кафедры «Психология»
5.	VIII. Перечень педагогических и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	Корректировка перечня программного обеспечения и информационных справочных систем	Протокол № 1 от 30.08.2021 заседания кафедры «Психология»
6.	V. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	Корректировка списка основной и дополнительной литературы	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология»
7.	IV. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по практике 1. Типовые задания для проверки уровня сформированности компетенции	Обновление фонда оценочных средств	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология»
8.	Перечень информационных технологий, используемых при проведении практики, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем	Обновление реквизитов договоров, заключенные с прямыми правообладателями ресурсов: -программное обеспечение; -информационно-справочные системы; -профессиональные базы данных.	Протокол № 1 от 29.08.2022 заседания кафедры «Психология»