

Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

«Оренбургский государственный университет»

Кафедра общей психологии и психологии личности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

*«С.1.В.ДВ.6.2 Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадaptации,
саморегуляции»*

Уровень высшего образования

СПЕЦИАЛИТЕТ

Специальность

37.05.02 Психология служебной деятельности
(код и наименование специальности)

Психологическое обеспечение служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов
(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

Психолог

Форма обучения

Очная

Год набора 2018

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра общей психологии и психологии личности

наименование кафедры

протокол № 7 от "08" 02 2018 г.

Заведующий кафедрой

Кафедра общей психологии и психологии личности

наименование кафедры

подпись

Л.В. Зубова

расшифровка подписи

Исполнители:

рецензент

должность

подпись

подпись

Н.А. Болдырева

расшифровка подписи

должность

расшифровка подписи

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по направлению подготовки

37.03.01 Психология

код наименование

личная подпись

расшифровка подписи

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки

личная подпись

Н.Н. Грицай

расшифровка подписи

Уполномоченный по качеству факультета

личная подпись

расшифровка подписи

№ регистрации _____

© Болдырев Т.А, 2018

© ОГУ, 2018

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины: закрепление представлений, умений и навыков применения отдельных методов реабилитации, реадaptации и саморегуляции в психологическом обеспечении служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов в экстремальных ситуациях и по завершении служебных задач, выполнение которых было осложнено психотравмирующими условиями.

Задачи:

1. Систематизировать и верифицировать представления о мероприятиях, формах и методах психопрофилактический и психокоррекционной работы с сотрудниками, выполнявшими служебные задачи в экстремальных и боевых условиях.
2. Закрепить навыки выбора релевантных ситуации и объекту психокоррекционного воздействия методов саморегуляции, ослабления влияния травматического инцидента, психологического дебрифинга и др. методов.
3. Отработать отдельные техники и приемы, используемые в реадaptации и реабилитации сотрудников правоохранительных органов, выполнение служебных обязанностей которыми было связано с психотравмирующими событиями.

2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *С.1.Б.12 Анатомия и физиология центральной нервной системы, С.1.Б.13 Физиология высшей нервной деятельности и сенсорных систем, С.1.Б.28 Клиническая психология, С.1.Б.29 Психология стресса и стрессоустойчивого поведения*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
<u>Знать:</u> алгоритмы действий в сложных и чрезвычайных ситуациях. <u>Уметь:</u> использовать алгоритмы для оптимизации деятельности в сложных и чрезвычайных ситуациях. <u>Владеть:</u> навыками своевременной актуализации соответствующего экстремальной ситуации алгоритма действий.	ПК-1 способностью осуществлять психологическое обеспечение служебной деятельности личного состава в экстремальных условиях
<u>Знать:</u> перечень мероприятий, направленных на поддержку сотрудников, военнослужащих и иных лиц в ходе выполнения служебной деятельности и психологической реабилитации, получивших психические травмы. <u>Уметь:</u> выбирать сообразно прогнозируемым последствиям влияния отдельных типов служебных задач приемы и методы профилактики посттравматических стрессовых расстройств. <u>Владеть:</u> -навыками проведения психологического дебрифинга, релаксации,	ПК-6 способностью разрабатывать программы, организовывать и осуществлять общую, специальную и целевую психологическую подготовку сотрудников, военнослужащих и служащих

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
индивидуальными методами ослабления влияния травматического инцидента и т.д.; - навыками реализации методов и приемов, направленных на стабилизацию эмоционального состояния и социально-психологического функционирования сотрудника после выполнения отдельных видов служебных задач.	
Знать: - модели восстановления нормального социально-психологического функционирования сотрудников правоохранительных органов после выполнения отдельных типов служебных задач; - методы работы с посттравматическим стрессовым расстройством, состояниями горя, состояниями кризисного реагирования. Уметь: выбирать релевантные ситуации и объекту психологического воздействия методы снижения психоэмоционального напряжения, ослабления влияния травматического инцидента и др. Владеть: навыками оптимизации межличностных и межгрупповых отношений в процессе реабилитации сотрудников правоохранительных органов.	ПК-12 способностью реализовывать психологические методики и технологии, ориентированные на личностный рост, охрану здоровья индивидов и групп

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 4 зачетные единицы (144 академических часа).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	6 семестр	всего
Общая трудоёмкость	144	144
Контактная работа:	50,25	50,25
Лабораторные работы (ЛР)	50	50
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа: - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий; - подготовка к лабораторным занятиям; - подготовка к коллоквиумам; - подготовка к рубежному контролю и т.п.)	93,75 + + + + +	93,75
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	Зачет	

Разделы дисциплины, изучаемые в 6 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Методы работы по предупреждению посттравматического стрессового расстройства.	30			10	20
2	Техники и приемы в работе с	30			10	20

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
	посттравматическим стрессовым расстройством.					
3	Техники и приемы работы с пограничным (кризисным) психическим состоянием	46			16	30
4	Техники и приемы работы с горем	38			14	24
	Итого:	144			50	94
	Всего:	144			50	94

4.2 Содержание разделов дисциплины

Раздел 1. Методы работы по предупреждению посттравматического стрессового расстройства

Алгоритмы оказания экстренной психологической помощи людям, находящимся в психотравмирующей и непосредственно по окончании означенной ситуации. Психологический дебрифинг. Методы саморегуляции и оптимизации эмоционального состояния.

Раздел 2. Техники и приемы в работе с посттравматическим стрессовым расстройством

Метод десенсибилизации и переработка движениями глаз. Ослабление травматического инцидента. Визуально-кинестетическая диссоциация.

Раздел 3. Техники и приемы работы с пограничным (кризисным) психическим

Принципы применения психологических приёмов и техник при работе с кризисными состояниями. Альтернирующая суггестирующая психотерапия. Методика «Путь». Методика «Внутренние помощники». Краткосрочная позитивная психотерапия.

Раздел 4. Техники и приемы работы с горем

Особенности помощи на стадии шока, на стадии острого горя и на стадии восстановления. Приемы безоценочного слушания. Подбор речевого сопровождения эмпатийного слушания. Моделирование интервью с пациентом, пережившим смерть близкого человека с разным периодом отдаленности. Моделирование интервью с человеком, переживающим ситуацию развода.

4.3 Лабораторные работы

№ ЛР	№ раздела	Наименование лабораторных работ	Кол-во часов
1	1	Алгоритмы оказания экстренной психологической помощи людям, находящимся в психотравмирующей и непосредственно по окончании означенной ситуации	6
2	1	Психологический дебрифинг.	4
3	1	Технология «Кнопки мозга» Денисона	4
4	2	Метод десенсибилизации и переработка движениями глаз	4
5	2	Ослабление травматического инцидента.	4
6	2	Визуально-кинестетическая диссоциация.	4
7	3	Альтернативная суггестирующая психотерапия	4
8	3	Рисуночная методика «Путь»	4
9	3	Применение методики «Внутренний помощник» в работе с кризисными состояниями.	4

№ ЛР	№ раздела	Наименование лабораторных работ	Кол-во часов
10	4	Психологическая помощь человеку, переживающему разные стадии горя	6
11	4	Моделирование интервью с человеком, переживающим ситуацию развода	6
		Итого:	50

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

Психология экстремальных и чрезвычайных состояний : учебное пособие / И.В. Белашева, А.В. Суворова, И.Н. Польшакова и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2016. - 262 с. : ил. - Библиогр. в кн. Библиогр.: с.. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458913> (16.06.2018).

Абрамова, Г.С. Практическая психология : учебное пособие / Г.С. Абрамова. - Москва : Прометей, 2018. - 541 с. : ил. - ISBN 978-5-906879-70-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=483174> (16.06.2018).

Гусев, С.А. Переживание событий в ситуации потери и поиска работы : учебное пособие / С.А. Гусев. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. - 249 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-9060-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457130> (16.06.2018).

5.2 Дополнительная литература

Щербинина, О.А. Психические состояния человека в профессиональной деятельности : учебно-методическое пособие / О.А. Щербинина, Т.А. Болдырева ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Оренбургский государственный университет». - Оренбург : ОГУ, 2017. - 109 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-7410-1768-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=485377> (16.06.2018).

Кулганов, В.А. Прикладная клиническая психология : учебное пособие / В.А. Кулганов, В.Г. Белов, Ю.А. Парфенов. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2012. - 444 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98238-038-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277334> (16.06.2018).

Останкина, Е. Основы психической саморегуляции : учебное пособие / Е. Останкина ; науч. ред. В.Г. Маралов ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего профессионального образования «ЧЕРЕПОВЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ», Факультет биологии и здоровья человека. - Череповец : Издательство ЧГУ, 2013. - 126 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-85341-478-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=434835> (16.06.2018).

Волкан, В. Жизнь после утраты: Психология горевания / В. Волкан, Э. Зинтл ; пер. К.В. Куркин. - Москва : Когито-Центр, 2007. - 154 с. - ISBN 978-5-89353-213-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56415> (16.06.2018).

Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства / ред. Ф. Эдны, М.М. Теренса, Ф. Мэтью ; пер. Н.В. Тарабрина. - Москва : Когито-Центр, 2005. - 467 с. - ISBN 5-89353-155-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=144942> (16.06.2018).

5.3 Периодические издания

Вопросы психологии: журнал. - М. : Агентство "Роспечать", 2016

Психологический журнал :журнал. - М. : Академиздатцентр "Наука" РАН, 2016

Вестник Оренбургского государственного университета. – Оренбург: Издательство ОГУ, 2016.

Вестник Оренбургского государственного университета. – Оренбург: Издательство ОГУ, 2017.

Вестник Оренбургского государственного университета. – Оренбург: Издательство ОГУ, 2018.

5.4 Интернет-ресурсы

<https://biblio-online.ru/> - электронная библиотека с медиаматериалами для студентов, в том числе по дисциплине «Саморегуляция эмоционального состояния»

<https://www.psychology.ru/> - открытая психодиагностическая лаборатория, посредством авторизованного доступа позволяющая сформировать навыки работы с базовым набором психодиагностических методик»

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1 Операционная система Microsoft Windows

2 Пакет настольных приложений Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint, OneNote, Outlook, Publisher, Access)

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Реализация настоящей программы по дисциплине «Спецпрактикум – тренинг по психологической реабилитации реадaptации и саморегуляции» предполагает возможность использования аудитории, оснащенной:

1. Мебелью, которая может быть использована для проведения релаксационных техник
2. Доской и мелом

Лекционные занятия обеспечиваются видеоматериалами психокоррекционных мероприятий .

Лабораторные занятия обеспечиваются:

набором для проведения тренингов с сотрудниками правоохранительных органов

К рабочей программе прилагаются:

- Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине;
- Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.