Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Оренбургский государственный университет»

Кафедра общей психологии и психологии личности

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

ДИСЦИПЛИНЫ

«Б1.Д.В.Э.6.2 Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, 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)/специализации образовательной программы)

Квалификация
Психолог

Форма обучения
Очная

Год набора 2022

Рабочая программа дисциплины «*Б1.Д.В.Э.6.2 Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции*» рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра общей психологии и психологии личности
наименование кафедры

протокол № 9 от "09" 02 2022 г.

Заведующий кафедрой
Кафедра общей психологии и психологии личности / Л.В. Зубова
наименование кафедры *подпись* *расшифровка подписи*

Исполнители:
доцент / Т.А. Болдырева
должность *подпись* *расшифровка подписи*

должность *подпись* *расшифровка подписи*

СОГЛАСОВАНО:
Председатель методической комиссии по специальности
37.05.02 Психология служебной деятельности
код наименование *личная подпись* *расшифровка подписи*

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки
личная подпись Н.Н. Бигалиева
расшифровка подписи

Уполномоченный по качеству факультета
личная подпись *расшифровка подписи*

№ регистрации _____

© Болдырева Т.А., 2022
© ОГУ, 2022

1 Цели и задачи освоения дисциплины

Цель (цели) освоения дисциплины: закрепление представлений, умений и навыков применения отдельных методов реабилитации, реадаптации 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 индицидента, психологического дебрифинга и др. методов.
3. Отработать отдельные техники и приемы, используемые в реадаптации 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 Д «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: *Б1.Д.Б.16 Анатомия центральной нервной системы и физиология высшей нервной деятельности, Б1.Д.Б.28 Клиническая психология, Б1.Д.Б.30 Психология стресса и стрессоустойчивого поведения, Б1.Д.Б.40 Профессиональная этика и этикет, Б1.Д.В.2 Социальная психология*

Постреквизиты дисциплины: *Отсутствуют*

3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
ПК*-3 Способен оказывать психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию	ПК*-3-В-1 Разработка индивидуальных программ психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников ПК*-3-В-2 Групповое и индивидуальное консультирование клиентов ПК*-3-В-3 Проведение психологических тренингов по формированию и развитию у клиентов качеств, необходимых для самостоятельной жизни и реализации ПК*-3-В-4 Содействие в создании социально-	**Знать:** перечень мероприятий, направленных на поддержку сотрудников, военнослужащих и иных лиц в ходе выполнения служебной деятельности и психологической реабилитации, получивших психические травмы; - 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

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
	психологической поддерживающей среды в окружении клиентов	**Уметь:** выбирать сообразно прогнозируемым последствиям влияния отдельных типов служебных задач приемы и методы профилактики посттравматических стрессовых расстройств; выбирать релевантные ситуации и объекту психологического воздействия методы снижения психоэмоционального напряжения, ослабления влияния травматического инцидента и др. **Владеть:** -навыками проведения психологического дебрифинга, релаксации, 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; навыками оптимизации межличностных и межгрупповых отношений в процессе реабилитации сотрудников правоохранительных органов
ПК*-4 Способен оказывать психологическую помощь работникам органов и организаций социальной сферы (клиентам)	ПК*-4-В-1 Разработка планов, согласование форм и условий оказания психологической помощи клиентам ПК*-4-В-2 Оказание индивидуальной психологической помощи клиентам ПК*-4-В-3 Проведение тренингов для клиентов в целях повышения эффективности их работы (тренинги командообразования, групповой сплоченности и т.п.) ПК*-4-В-4 Проведение психологических тренингов, направленных на расширение и укрепление внутренних ресурсов клиентов ПК*-4-В-5 Консультирование клиентов по вопросам психологических аспектов выбора и сопровождения карьеры, набора, отбора и расстановки кадров, аттестации, работы с кадровым резервом	**Знать:** алгоритмы действий в сложных и чрезвычайных ситуациях. **Уметь:** использовать алгоритмы для оптимизации деятельности в сложных и чрезвычайных ситуациях **Владеть:** навыками своевременной актуализации соответствующего экстремальной ситуации алгоритма действий.

Код и наименование формируемых компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций
	ПК*-4-В-6 Повышение квалификации клиентов по вопросам психологии социальной работы ПК*-4-В-7 Проведение занятий с клиентами по вопросам управления, эффективной организации труда, повышения квалификации	

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

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

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	5 семестр	всего
Общая трудоёмкость	**144**	**144**
Контактная работа:	**68,25**	**68,25**
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	50	50
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
Самостоятельная работа: *- выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ);* *- подготовка к практическим занятиям;* *- самоподготовка (проработка материала и выполнение задание в курсе moodle)* *- подготовка к рубежному контролю*	**75,75**	**75,75**
Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)	**зачет**	

Разделы дисциплины, изучаемые в 5 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Методы работы по предупреждению посттравматического стрессового расстройства.	33	2	12		19
2	Техники и приемы в работе с посттравматическим стрессовым расстройством.	37	6	12		19
3	Техники и приемы работы с пограничным (кризисным) психическим состоянием	39	6	14		19
4	Техники и приемы работы с горем	35	4	12		19
	Итого:	144	18	50		76
	Всего:	144	18	50		76

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 постравматическим 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. Альтеринирующая 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 Практические занятия (семинары)

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1, 2, 3	1	Алгоритмы оказания экстренной психологической помощи людям, находящимся в психотравмирующей и непосредственно по окончании означенной ситуации	6
4, 5, 6	1	Психологический дебрифинг.	6
7, 8, 9	2	Метод десенсибилизации и переработка движениями глаз	6
10,. 11, 12	2	Визуально-кинестетическая диссоциация.	6
13, 14, 15, 16	3	Альтернативная суггестирующая психотерапия	8
17, 18, 19	3	Применение методики «Внутренний помощник» в работе с кризисными состояниями.	6
20, 21, 22	4	Психологическая помощь человеку, переживающему разные стадии горя	6
23, 24, 25	4	Моделирование интервью с человеком, переживающим ситуацию развода	6
		Итого:	50

5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

5.1 Основная литература

Серов, В. И. Психология потери: психологические основы работы с персоналом уголовно-исполнительной системы : учебное пособие / В. И. Серов, Е. В. Овчарова ; Академия права и управления. – Москва : Юнити, 2020. – 416 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL:

https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=615709 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-03338-9. – Текст : электронный.

5.2 Дополнительная литература

Гуревич, П. С. Психология чрезвычайных ситуаций : учебное пособие / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити-Дана, 2015. – 495 с. – (Актуальная психология). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118127 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01246-9. – Текст : электронный.

Караяни, А. Г. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях : учебное пособие / А. Г. Караяни, В. Л. Цветков. – Москва : Юнити-Дана : Закон и право, 2017. – 248 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=685007 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01608-5. – Текст : электронный.

Мещерякова, А. В. Профессиональная адаптация и морально-психологическая подготовка сотрудников правоохранительных органов : учебное пособие : [16+] / А. В. Мещерякова ; Южный федеральный университет. – Ростов-на-Дону ; Таганрог : Южный федеральный университет, 2019. – 150 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577796 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр.: с. 109 - 116. – ISBN 978-5-9275-3133-2. – Текст : электронный.

Ершова, Д. А. Экстренная психологическая помощь: курс лекций / Д. А. Ершова, М. Л. Есаян, Л. И. Макадей ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494695 (дата обращения: 17.03.2022). – Текст : электронный.

Тарабрина, Н. В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика / Н. В. Тарабрина ; ред. А. Л. Журавлев. – Москва : Институт психологии РАН, 2009. – 305 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=87071 (дата обращения: 17.03.2022). – ISBN 978-5-9270-0143-9. – Текст : электронный.

Старшенбаум, Г. В. Суицидология и кризисная психотерапия / Г. В. Старшенбаум. – Москва : Когито-Центр, 2005. – 375 с. – (Клиническая психология). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=209431 (дата обращения: 17.03.2022). – ISBN 5-89353-132-9. – Текст : электронный.

Пономарева, И. М. Работа психолога в кризисных службах : учебное пособие / И. М. Пономарева. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 198 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277347 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-98238-049-4. – Текст : электронный.

Волкан, В. Жизнь после утраты: психология горевания : [16+] / В. Волкан, Э. Зинтл ; пер. К. В. Куркин. – Москва : Когито-Центр, 2017. – 161 с. – (Современная психотерапия). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56415 (дата обращения: 17.03.2022). – Библиогр.: с. 154-159. – ISBN 978-5-89353-418-4. – Текст : электронный.

5.3 Периодические издания

Вопросы психологии: журнал. - М. : Агентство "Роспечать", 2021
Вопросы психологии: журнал. - М. : Агентство "Роспечать", 2022
Вестник Оренбургского государственного университета. – Оренбург: Издательство ОГУ, 2020
Вестник Оренбургского государственного университета. – Оренбург: Издательство ОГУ, 2021
Вестник Оренбургского государственного университета. – Оренбург: Издательство ОГУ, 2022

5.4 Интернет-ресурсы

https://postnauka.ru/themes/psihologiya - российский образовательный ресурс, содержащий около 900 публикаций по вопросам, связанным с разными отраслями психологии;

http://www.psy.msu.ru/science/public/index.html - сборник публикаций сотрудников факультета психологии МГУ им. Ломоносова

5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1 Операционная система Microsoft Windows

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

3 ELIBRARY.RU - Научная электронная библиотека (НЭБ)

4 Web of Science [Электронный ресурс]: реферативная база данных / компания Clarivate Analytics. - Режим доступа: http: // apps. webofknowlededgle.com

6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой, подключенной к сети "Интернет", и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ.