

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Психолого-педагогический факультет  
Кафедра Теоретической и прикладной психологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Психолого-педагогический  
факультет

Клименко Татьяна  
Константиновна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.О.21 Реабилитация личности при посттравматических состояниях  
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 37.03.01 - Психология

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Психология (для набора 2024)  
Форма обучения: Очно-заочная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование компетенций в области профессиональной деятельности психолога при реабилитации посттравматических состояний личности, работа с психологической травмой в профессиональной деятельности психолога как особого вида профессионального сопровождения личности.

Задачи изучения дисциплины:

1. Овладеть системой понятий данной области психологического знания. 2. Формирование профессионального мышления будущих психологов в вопросах психологической травмы личности. 3. Формирование представлений о специфике психологической травмы. 4. Формирование представлений о содержании профессиональной деятельности психолога при реабилитации посттравматических состояний личности.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Реабилитация личности при посттравматических состояниях» относится к блоку 1 – обязательных дисциплин Б1.О.21

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 8	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	30	30
Лекционные (ЛК)	15	15
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	15	15
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	42	42
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

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

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
ОПК-4	ОПК-4.1. Знает способы реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном развитии, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности;	Знать: Теоретические основы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ограниченными возможностями здоровья и при организации инклюзивного образования
ОПК-4	ОПК-4.2. Определяет цели и самостоятельно или в кооперации с коллегами разрабатывает программы психологического вмешательства с учетом индивидуально- психологических характеристик, квалифицированно осуществляет психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития.	<p>Знать: теоретические основы составления программ психологического вмешательства с учетом индивидуальнопсихологических характеристик</p> <p>Уметь: определять цели и самостоятельно или в кооперации с коллегами разрабатывает программы психологического вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик, квалифицированно осуществляет психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития</p> <p>Владеть: разрабатывать программы психологического вмешательства</p>

		<p>учетом индивидуально-психологических характеристик, умение квалифицированно осуществлять психологическое вмешательство в целях профилактики, лечения, реабилитации и развития</p>
ОПК-5	<p>ОПК-5.1. Выполняет организационную и техническую работу профилактического, развивающего, коррекционного и реабилитационного характера по предупреждению профессиональных рисков в различных видах деятельности;</p>	<p>Знать: теоретические основы организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера</p> <p>Уметь: Проводит коррекционные, развивающие, реабилитационные мероприятия</p> <p>Владеть: профессиональными 3 навыками и техническими приемами для осуществления психологической коррекции и реабилитации в условиях дистанционной работы</p>
ОПК-5	<p>ОПК-5.2 Владеет базовыми приемами психологической помощи, знает основные стратегии, виды и формы вмешательства и принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера. Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий</p>	<p>Знать: теоретические основы психологической помощи, виды и формы вмешательства и принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера</p> <p>Уметь: подбирать базовые приемы психологической помощи, виды и формы вмешательства и принципы их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера</p> <p>Владеть: базовыми приемами психологической помощи, знает основные стратегии, виды и формы вмешательства и принципы</p>

		их применения в программах профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера. Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий
ПК-5	ПК-5.1. Знает: Основные принципы подбора методов психологической реабилитации (абилитации), основные (в том числе инновационные) методы социально-психологической реабилитации (абилитации)	Знать: теоретические основы реализации мероприятий психологической реабилитации (абилитации) в рамках реализации индивидуальных программ
ПК-5	ПК-5.2. Умеет: определять цели и задачи психологической реабилитации; организовывать мероприятия психологической реабилитации (абилитации) в рамках реализации индивидуальных программ	Знать: теоретические основы построения программ абилитации и реабилитации в рамках индивидуальной психологической помощи  Уметь: составлять программы абилитации и реабилитации в рамках индивидуальной психологической помощи  Владеть: навыками реализации индивидуальных программ абилитации и реабилитации
ПК-5	ПК-5.3. Владеет: методами психосоциального тренинга, ведения групп психологической поддержки и консультирования; методами коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной психологии, развития волевых качеств личности	Знать: теоретические основы ведения групп психологической поддержки и консультирования; методами коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной психологии, развития волевых качеств личности  Уметь: подбирать методы коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной

		<p>психологии, развития волевых качеств личности</p> <p>Владеть: навыками реализации и оценки реализованных программ психосоциального тренинга, навыками ведения групп психологической поддержки и консультирования; методами коррекции эмоционально-волевых нарушений, поведенческих реакций и основы возрастной психологии, развития волевых качеств личности</p>
--	--	---

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очно-заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторны е занятия			С Р С
					Л К	П З (С З)	Л Р	
1	1.1	Общее представление о психической травме и посттравматических состояниях	Содержание понятия «психическая травма» (травматический стресс). Факторы психической травмы. Клинические формы и проявления реакций на тяжелый стресс и нарушений адаптации. Посттравматическое стрессовое расстройство. Немедленные и отдаленные последствия психической травмы. Психическая травма как активизирующий фактор. Основные этапы	18	4	4	0	10

			развития адаптационных реакций и их различных исходов в результате психической травмы.					
2	2.1	Особенности реабилитации посттравматических состояний	Основные формы и методы оказания психотерапевтической помощи при посттравматических состояниях. Принципы и этапы оказания психотерапевтической помощи. Задачи психотерапии посттравматических расстройств.	18	4	4	0	10
3	3.1	Основные подходы к психотерапии травмы.	Основные подходы к психотерапии травмы. Повествовательно-экспозиционная психотерапия. Когнитивно-конструктивный метод. Возможные риски, связанные с выражением и переработкой травматического опыта. Способы минимизации рисков на основе контейнирования и дозирования психологической нагрузки.	18	4	4	0	10
4	4.1	Психологические технологии, направленные на содержательную переработку травматического опыта и связанных с ним, эмоциональных состояний.	Задачи и порядок выполнения психологических технологий для содержательной переработки травматического опыта. Связь с этапами посттравматических состояний. Переживания, подлежащие проработке в процессе психологической работы.	18	3	3	0	12

			Психологические механизмы и эффекты, связанные с применением техник, направленных содержательную переработку травматического события и связанных с ним эмоциональных состояний.					
Итого				72	15	15	0	42

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Общее представление о психической травме и посттравматических состояниях .	Содержание понятия «психическая травма» (травматический стресс). Факторы психической травмы. Клинические формы и проявления реакций на тяжелый стресс и нарушений адаптации. Посттравматическое стрессовое расстройство. Немедленные и отдаленные последствия психической травмы. Психическая травма как активизирующий фактор. Основные этапы развития адаптационных реакций и их различных исходов в результате психической травмы.	4
2	2.1	Особенности реабилитации посттравматических состояний.	Основные формы и методы оказания психотерапевтической помощи при посттравматических состояниях. Принципы и этапы оказания психотерапевтической помощи. Задачи психотерапии посттравматических расстройств.	4
3	3.1	Основные подходы к психотерапии травмы.	Повествовательно--экспозиционная психотерапия. Когнитивно-конструктивный метод. Возможные риски, связанные с выражением и переработкой травматического опыта. Способы минимизации рисков	4



			на основе контейнирования и дозирования психологической нагрузки.	
4	4.1	Психологические технологии, направленные на содержательную переработку травматического опыта и связанных с ним, эмоциональных состояний.	Задачи и порядок выполнения психологических технологий для содержательной переработки травматического опыта. Связь с этапами посттравматических состояний. Переживания, подлежащие проработке в процессе психологической работы. Психологические механизмы и эффекты, связанные с применением техник, направленных на содержательную переработку травматического события и связанных с ним эмоциональных состояний.	3

### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Общее представление о психической травме и посттравматических состояниях .	Содержание понятия «психическая травма» (травматический стресс). Факторы психической травмы. Клинические формы и проявления реакций на тяжелый стресс и нарушений адаптации. Посттравматическое стрессовое расстройство. Немедленные и отдаленные последствия психической травмы. Психическая травма как активизирующий фактор. Основные этапы развития адаптационных реакций и их различных исходов в результате психической травмы.	4
2	2.1	Особенности реабилитации посттравматических состояний.	Основные формы и методы оказания психотерапевтической помощи при посттравматических состояниях. Принципы и этапы оказания психотерапевтической помощи. Задачи психотерапии посттравматических расстройств.	4
3	3.1	Основные подходы к	Повествовательной--экспозиционной психотерапия. Когнитивно-	4

		психотерапии травмы.	конструктивный метод. Возможные риски, связанные с выражением и переработкой травматического опыта. Способы минимизации рисков на основе контейнирования и дозирования психологической нагрузки.	
4	4.1	Психологические технологии, направленные на содержательную переработку травматического опыта и связанных с ним, эмоциональных состояний.	Задачи и порядок выполнения психологических технологий для содержательной переработки травматического опыта. Связь с этапами посттравматических состояний. Переживания, подлежащие проработке в процессе психологической работы. Психологические механизмы и эффекты, связанные с применением техник, направленных на содержательную переработку травматического события и связанных с ним эмоциональных состояний.	3

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Общее представление о психической травме и посттравматических состояниях. Содержание понятия «психическая травма» (травматический стресс). Факторы психической травмы. Клинические формы и проявления реакций на тяжелый стресс и	конспектирование литературы	10

		<p>нарушений адаптации.  Посттравматическое стрессовое расстройство.  Немедленные и отдаленные последствия психической травмы.  Психическая травма как активизирующий фактор.  Основные этапы развития адаптационных реакций и их различных исходов в результате психической травмы.</p>		
2	2.1	<p>Особенности реабилитации посттравматических состояний. Основные формы и методы оказания психотерапевтической помощи при посттравматических состояниях. Принципы и этапы оказания психотерапевтической помощи. Задачи психотерапии посттравматических расстройств.</p>	составление конспектов, презентаций	10
3	3.1	<p>Основные подходы к психотерапии травмы. Повествовательно--экспозиционная психотерапия. Когнитивно-конструктивный метод.  Возможные риски, связанные с выражением и переработкой травматического опыта.  Способы минимизации рисков на основе контейнирования и дозирования психологической нагрузки.</p>	составление конспектов, профессиональных папок	10
4	4.1	<p>Психологические технологии,</p>	составление профессиональных папок	12

		<p>направленные на содержательную переработку травматического опыта и связанных с ним, эмоциональных состояний. Задачи и порядок выполнения психологических технологий для содержательной переработки травматического опыта. Связь с этапами посттравматических состояний. Переживания, подлежащие проработке в процессе психологической работы. Психологические механизмы и эффекты, связанные с применением техник, направленных на содержательную переработку травматического события и связанных с ним эмоциональных состояний.</p>	<p>с психологическими технологиями, направленными на содержательную переработку травматического опыта и связанных с ним, эмоциональных состояний</p>	
--	--	---	--	--

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

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

##### **5.1. Основная литература**

##### **5.1.1. Печатные издания**

1. Мищенко, Любовь Владимировна. Психотравма. Предотвращение рецидивов. Технологии социально-психологического сопровождения : Практическое пособие / Мищенко Л. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 225 с. - (Профессиональная практика). -

URL: <https://urait.ru/bcode/493995> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-07852-7 : 749.00.

2. Старшенбаум, Г.В. Психоматика и психотерапия. Исцеление души и тела. - 3-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. - 350 с. - (Психологический практикум). - ISBN 978-5-222-20597-6 : 348-50.

3. Крюкова, Т.Л. Психология совладания с трудностями в близких (межличностных) отношениях / Т.Л. Крюкова, О.А. Екимчик, Т.П. Опекина. - Кострома : Изд-во Костром. гос.ун-та, 2019. - 340 с. - ISBN 978-5-8285-1054-2 : 314-00.

4. Травма и психологическая помощь. - Москва : Смысл, 2007. - 180с. - ISBN 5-89357-231-9 : 195-00.

### **5.1.2. Издания из ЭБС**

1. Шумский, Владимир Борисович. Экзистенциальная психология и психотерапия : Учебное пособие для вузов / Шумский В. Б. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 155 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/490373> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-06345-5 : 559.00.

## **5.2. Дополнительная литература**

### **5.2.1. Печатные издания**

1. Шумский, Владимир Борисович. Экзистенциальная психология и психотерапия : Учебное пособие для вузов / Шумский В. Б. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 155 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/470227> (дата обращения: 10.08.2021). - ISBN 978-5-534-06345-5 : 499.00.

2. Плотникова, Маргарита Юрьевна. Юнгианская песочная терапия в профессиональной деятельности психолога : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 118 с. - ISBN 978-5-9293-1817-7 : 118-00.

3.

### **5.2.2. Издания из ЭБС**

1. Эксакусто, Т.В. Групповая психокоррекция: тренинги и роли, упражнения для личностного и профессионального развития. - 2-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2016. - 254 с. - (Психологический практикум). - ISBN 978-5-222-27383-8 : 257-00.

2. Шапарь, Виктор Борисович. Психология кризисных ситуаций. - 2-е изд., стер. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2010. - 452 с. - (Психологический факультет). - ISBN 978-5-222-17267-4 : 167-97.

## **5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы**

Название	Ссылка
ЭБС "КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА"	<a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a>
ЭСБ "Юрайт"	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
ЭСБ "Лань"	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>

## 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

- 1) Google Chrome
- 2) Mozilla Firefox
- 3) АИБС "МегаПро"

## 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

## 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

При освоении дисциплины для продуктивной аудиторной работы студент должен:

- прежде всего, обращаться к рекомендуемой по дисциплине литературе,
- знакомиться с возможными источниками интернет-ресурсов по данной дисциплине,
- проявлять активность на лекциях, которая предполагает:

- а) просмотр предыдущей лекции;
- б) выполнение мини заданий на лекцию;
- в) постановку вопросы во время лекции или по окончании ее, с целью уточнения отдельных положений излагаемого материала;

Рекомендации к организации самостоятельной работы студентов

Приёмы самостоятельной работы студентов

Для организации продуктивной самостоятельной работы целесообразно обращаться за рекомендациями, изложенными в методических пособиях по этому вопросу, имеющимся в научной библиотеке ЗабГУ.

1. Работа с учебником.

Для обеспечения максимально возможного усвоения материала и с учётом индивидуальных особенностей студентов, можно предложить им следующие приёмы обработки информации

учебника:

- конспектирование;
- составление плана учебного текста;
- аннотирование;
- выделение проблемы и нахождение путей её решения;
- самостоятельная постановка проблемы и нахождение в тексте путей её решения;
- определение алгоритма практических действий (план, схема).

Подготовка доклада.

Доклад - это сообщение по заданной теме, с целью внести знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развить навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Тема доклада должна быть согласована с преподавателем и соответствовать теме занятия. Необходимо соблюдать регламент, оговоренный при получении задания. Иллюстрации должны быть достаточными, но не чрезмерными.

Работа студента над докладом включает отработку навыков ораторства и умения организовать и проводить диспут. Студент в ходе работы по презентации доклада отрабатывает умение ориентироваться в материале и отвечать на дополнительные вопросы слушателей, отрабатывает умение самостоятельно обобщить материал и сделать выводы в заключении.

Студент обязан подготовить и выступить с докладом в строго отведенное время преподавателем, и в срок.

Подготовка мультимедиа-презентации.

Презентация – это устный доклад студента на определенную тематику, сопровождаемый мультимедийной компьютерной презентацией. Компьютерная презентация - мультимедийный инструмент, используемый в ходе докладов или сообщений для повышения выразительности выступления, более убедительной и наглядной иллюстрации описываемых фактов и явлений. Компьютерная презентация создается в программе Microsoft Power Point. Особое внимание при подготовке презентации необходимо уделить тому, что центром внимания во время презентации должен стать сам докладчик и его речь, а не надписи мелким шрифтом на слайдах. Если весь процесс работы над презентацией выстроить хронологически, то начинается он с четко разработанного плана, далее переходит на стадию отбора содержания и создания презентации, затем наступает заключительный, но самый важный этап – непосредственное публичное выступление.

Студенту, опираясь на план выступления необходимо определить около 10 главных идей, выводов по выбранной теме, которые следует донести до слушателей, и на их основании составить компьютерную презентацию.

Дополнительная информация, если таковая имеет место быть, должна быть размещена в раздаточном материале или просто озвучена, но не включена в компьютерную презентацию.

После подборки информации студенту следует систематизировать материал.

Элементами, дополняющими содержание презентации, являются:

1. Иллюстративный ряд. Иллюстрации типа «картинка», фотоиллюстрации, схемы, картины, графики, таблицы, диаграммы, видеоролики.
2. Звуковой ряд. Музыкальное или речевое сопровождение, звуковые эффекты.
3. Анимационный ряд.
4. Цветовая гамма. Общий тон и цветные заставки, иллюстрации, линии должны сочетаться между собой и не противоречить смыслу и настроению презентации.
5. Шрифтовой ряд. Выбирать шрифты желательно, не увлекаясь их затейливостью и разнообразием. Выбранные шрифты должны легко восприниматься на первый взгляд.

6. Специальные эффекты. Важно, чтобы в презентации они не отвлекали внимание на себя, а лишь усиливали главное.

Правила организации материала в презентации:

1. Главную информацию — в начало.

2. Тезис слайда — в заголовок.

3. Анимация — не развлечение, а метод передачи информации, с помощью которого можно привлечь и удержать внимание слушателей.

Компьютерная презентация должна состоять не более чем из 10-15 слайдов.

Время на выступление составляет 15 минут.



Разработчик/группа разработчиков:  
Маргарита Юрьевна Плотникова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_\_ г.