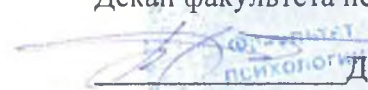


Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ (НИ ТГУ)

Факультет психологии

УТВЕРЖДАЮ:
Декан факультета психологии


Д.Ю. Баланев

« 11 » апреля 2022 г.

Рабочая программа дисциплины

Психологическое сопровождение в профессиях экстремального профиля

по специальности

37.05.01. Клиническая психология

Специализация:

«Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях»

Форма обучения

Очная

Квалификация

Клинический психолог

Год приема

2021

Код дисциплины в учебном плане: Б1.О.53

СОГЛАСОВАНО:

Руководитель ОП

 Т.Е. Левицкая

Председатель УМС

 Э.А. Щеглова

Томск – 2022

1. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины

Целью освоения дисциплины является формирование следующих компетенций:

- УК-8. Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности в различных средах для сохранения природной среды и обеспечения устойчивого развития общества;

- ОПК-5. Способен разрабатывать и использовать научно-обоснованные программы психологического вмешательства и психологической помощи консультационного, развивающего, коррекционного, психотерапевтического, профилактического или реабилитационного характера для решения конкретной проблемы отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лицам с ОВЗ;

- ПК-1 Способен разрабатывать и предоставлять рекомендации, соответствующие актуальному состоянию познавательных функций, эмоционально-личностной сферы, психологического, социального и семейного функционирования пациента (клиента), в том числе в кризисных и экстремальных ситуациях.

Результатами освоения дисциплины являются следующие индикаторы достижения компетенций:

ИУК-8.2. Предпринимает необходимые действия по обеспечению безопасности жизнедеятельности в различных средах (природной, цифровой, социальной, эстетической), а также в условиях чрезвычайных ситуаций;

ИОПК-5.2. Применяет теоретические знания при разработке конкретных программ психологического вмешательства и психологической помощи (консультация, развитие, коррекция, неврачебная психотерапия, профилактика, реабилитация) в отношении отдельных лиц и групп населения и (или) организаций, в том числе лиц с ОВЗ;

ИПК-1.1. Совместно с коллегами или самостоятельно проводит клинико-психологическое обследование познавательных функций, эмоционально-личностной сферы, психологического, социального и семейного функционирования пациента (клиента), в том числе в кризисных и экстремальных ситуациях.

2. Задачи освоения дисциплины

- Обучение основам анализа условий и факторов деятельности человека в экстремальной ситуации;
- Содействие развитию основных умений, связанных с оценкой масштаба и направления психотравмирующего действия кризисных ситуаций, террористических актов и катастроф;
- Формирование умения реализовывать психологические методы и технологии, ориентированные на психологическую реабилитацию лиц в посттравматических ситуациях;
- Обучение разработке программ психологического вмешательства и психологической помощи в отношении специалистов экстремального профиля.

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к обязательной части образовательной программы.

4. Семестр(ы) освоения и форма(ы) промежуточной аттестации по дисциплине

Семестр 11, экзамен.

5. Входные требования для освоения дисциплины

Для успешного освоения дисциплины требуются результаты обучения по следующим дисциплинам: «Общая психология», «Социальная психология», «Психология здоровья личности и профессионала», «Психология личности», «Психофизиология»,

«Психология стресса», «Психология развития и возрастная психология», «Введение в клиническую психологию», «Экстремальная психология».

6. Язык реализации

Русский

7. Объем дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 часов, из которых:

– лекции: 16 ч.;

– практические занятия: 36 ч.

в том числе практическая подготовка: 7 ч.

Объем самостоятельной работы студента определен учебным планом.

8. Содержание дисциплины, структурированное по темам

Тема 1. Психологическая составляющая в работе специалиста экстремального профиля. Профессиональный стресс. Стрессогенные факторы, воздействующие на специалиста при работе в чрезвычайной ситуации. Посттравматическое стрессовое расстройство, как вариант последствия стресса. Критерии оценки ПТСР. Профессиональное выгорание. Профилактика выгорания.

Тема 2. Методы и приемы психологической саморегуляции в системе профилактики профессионального стресса специалиста экстремального профиля.

Виды дыхания. Дыхательная гимнастика. Нервно-мышечная релаксация. Психогимнастика. Приемы концентрации внимания. Визуализация. Самовнушение. Идеомоторная тренировка

Тема 3. Особенности психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях. Острые стрессовые реакции. Оказание психологической помощи пострадавшим при острых стрессовых реакциях. Понятие толпы. Особенности психического состояния людей в толпе. Суицид. Алгоритм оказания экстренной психологической помощи при попытке суицида. Психология горя. Психологическое сопровождение переживающего горе.

Тема 4. Сопровождение деятельности специалистов МЧС России. Профессиональный психологический отбор. Мониторинговое психодиагностическое обследование. Аттестация. Постэкспедиция.

9. Текущий контроль по дисциплине

Текущий контроль по дисциплине проводится путем контроля посещаемости, выполнения домашних заданий, проведение контрольной работы и проведение контрольной точки не менее одного раза в семестр. За пропущенную лекцию без уважительной причины студент предоставляет реферат по теме пропущенного занятия.

10. Порядок проведения и критерии оценивания промежуточной аттестации

Экзамен проводится в устной форме по билетам. Экзаменационный билет состоит из трех частей. Продолжительность экзамена 2 часа.

- ✓ Первая часть представляет собой вопрос, проверяющих УК – 8. Ответ дается в развернутой форме.
- ✓ Вторая часть содержит тест из 3 вопросов проверяющий УК-8, ПК -1.
- ✓ Третья часть экзамена, оценивающая ОПК-5 – профессиональная задача по разработке и обоснованию примерных программ психологической интервенции при работе со специалистами экстремального профиля.

1 часть экзамена - примерный перечень теоретических вопросов.

1. Посттравматическое стрессовое расстройство.
2. Стрессогенные факторы, воздействующие на специалиста при работе в чрезвычайной ситуации.
3. Критерии оценки ПТСР.
4. Острые стрессовые реакции: особенности проявления.
5. Оказание психологической помощи пострадавшим при острых стрессовых реакциях.
6. Методы и приемы психологической саморегуляции в системе профилактики профессионального стресса специалиста экстремального профиля.
7. Дыхательная гимнастика. Нервно-мышечная релаксация. Психогимнастика. Приемы концентрации внимания. Визуализация. Самовнушение. Идеомоторная тренировка. Привести примеры упражнений по каждому виду саморегуляции.
8. Особенности психологического состояния людей в толпе.
9. Суицид: виды, суицидальное поведение, риски. Алгоритм оказания экстренной психологической помощи при попытке суицида
10. Психология горя: стадии горя, задачи горя.
11. Психологическая помощь при горевании.
12. Психологическое сопровождение в профессиях экстремального профиля на примере сотрудников МВД России, ППС, МЧС.
13. Профессиональный психологический отбор. Мониторинговое психодиагностическое обследование. Аттестация. Постэкспедиция.
14. Профессиональное выгорание у специалистов экстремального профиля.
15. Профилактика профессионального выгорания.

2 часть экзамена – тестирование:

Тест 1. Во время проведения спасательной операции по извлечению пострадавших после взрыва бытового газа в многоэтажном доме психологи МЧС обратили внимание на психоэмоциональное состояние очевидца – 17 летней девушки: все мышцы, особенно лицевые были напряжены, наблюдалось учащенное сердцебиение.... Определите тип острой стрессовой реакции у девушки и выберите варианты оказания экстренной психологической помощи?

1. Попытайтесь занять человека умственным трудом
2. Не пытайтесь отвлечь человека фразами: «Не думай об этом», «Это ерунда», «Это глупости» и т.д
3. Обнимите пострадавшего
4. Примените дыхательную гимнастику для успокоения
5. Не оставляйте человека одного
6. Массируйте «позитивные» точки. Говорите спокойным голосом о чувствах, которые он испытывает («Твое дыхание сбивчиво... тебе хочется что-то сделать, чтобы это прекратилось? Ты хочешь убежать, спрятаться от происходящего?»).

тест 2. Соотнесите вид острой стрессовой реакции с ее внешним проявлением

1. Апатия	А) сильное дрожание всего тела или отдельных его частей (человек не может удержать в руках мелкие предметы, зажечь сигарету). Вероятные последствия: упадок сил, риск перехода в другие наиболее неблагоприятные реакции, риск развития психосоматических заболеваний.
2. Двигательное возбуждение	В) сохраняется сознание, но почти невозможен контакт; чрезмерное возбуждение; множество движений, театральные позы; речь эмоционально

	насыщенная, быстрая; крики, рыдания.
3.Истерика	С) безразличное отношение к окружающему; вялость, заторможенность; речь медленная, с большими паузами.
4.агрессия	Д) . раздражение, недовольство, гнев (по любому, даже незначительному поводу);нанесение окружающим ударов руками или какими-либо предметами;словесные оскорбления, брань;мышечное напряжение, увеличение артериального давления.
5.Ступор	Е) напряжение мышц (особенно лицевых); сильное сердцебиение; учащенное поверхностное дыхание; сниженный контроль собственного поведения.
	Ф) резкое снижение или отсутствие произвольных движений и речи; отсутствие реакций на внешние раздражители (шум, свет, прикосновение, боль); «застывание» в определенной позе; состояние полной неподвижности; возможно напряжение отдельных групп мышц; часто ограниченные координированные движения глаз.
	Г) движения резкие; бесцельные и бессмысленные действия; ненормально громкая речь; часто отсутствует реакция на окружающих.

Правильный ответ:

- 1 - с
- 2 – g
- 3 – b
- 4 – d
- 5 – f

Тест 3. Во время психологической консультации специалист поисково - спасательной службы жаловался на вялость, слабость, пассивное отношение и не желание общаться с людьми, даже с родными и близкими, быструю утомляемость, нежелание что-либо делать. Все это сопровождалось потерей аппетита и расстройствами в ЖКТ (диарея, тошнота, рвота). Согласно анамнезу клиент находился в длительной командировке по устранению последствий промышленной техногенной катастрофы.

Предположите какую реакцию описал клиент?

Правильный ответ дистресс

3 часть экзамена - примеры профессиональных задач:

1. Разработайте и обоснуйте программу психологического вмешательства для специалистов МЧС России в период проведения постэкспедиции;
2. Разработайте комплекс психологических мероприятий с применением методов и приемов психологической саморегуляции для сотрудников ППС (поисково-спасательной службы);
3. Представьте Ваш алгоритм психологического сопровождения людей в толпе, учитывая психологические особенности людей в толпе.
4. Определите мишени психологической помощи клиентам с ПТСР, разработайте и обоснуйте план психологических интервенций.
5. Разработайте план психологических вмешательств при работе с профессиональным выгоранием.

Результаты экзамена определяются оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

КРИТЕРИИ ОЦЕНКИ КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Оценка 5 ("отлично") ставится студенту, который при ответе:

- в полной мере применяет теоретические знания при разработке конкретных программ психологического вмешательства и психологической помощи
- обнаруживают всестороннее систематическое и глубокое знание программного материала;
- в полной мере сформированы навыки разработки программ психологических интервенций.
- демонстрируют знание современной учебной и научной литературы;
- способны применять знание теории к решению профессиональных задач;
- владеет понятийным аппаратом;

Оценка «хорошо»:

Ответы на поставленные вопросы излагаются систематизировано и последовательно. Материал излагается уверенно. Демонстрируется умение анализировать материал, однако **не все** выводы носят аргументированный и доказательный характер.

Оценка 4 ("хорошо") ставится студентам, которые при ответе:

- сформированны, но содержащие отдельные пробелы знания программного материала;
- усвоили основную и наиболее значимую дополнительную литературу;
- сформированы навыки разработки программ психологических интервенций.
- допускают отдельные погрешности и неточности при ответе.

Оценка «удовлетворительно»: допускаются нарушения в последовательности изложения. Демонстрируются поверхностные знания вопроса. Имеются затруднения с выводами.

Оценка 3 ("удовлетворительно") ставится студентам, которые при ответе:

- допускают существенные погрешности в ответе на задания экзаменационного билета.
- знания фрагментарны, непонимание профессиональной терминологии.
- наличие, но не в полном объеме навыков разработки программ психологических интервенций.

Оценка «неудовлетворительно»: Материал излагается непоследовательно, сбивчиво, не представляет определенной системы знаний.

Оценка 2 ("неудовлетворительно") ставится студентам, которые при ответе:

- отсутствие навыков разработки программ психологических интервенций;
- обнаруживают значительные пробелы в знаниях основного программного материала;
- допускают принципиальные ошибки в ответе на задания экзаменационного билета;
- демонстрируют незнание теории психологии.

Оценки объявляются в день проведения экзамена

11. Учебно-методическое обеспечение

а) Электронный учебный курс по дисциплине в электронном университете «Moodle» - <https://moodle.tsu.ru/course/view.php?id=14906>

б) Оценочные материалы текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине.

Текущий контроль заключается в оценке посещаемости студентов, в проведение контрольной точки не менее одного раза в семестр. Контрольная точка предполагает проведение тестирования с выбором одного варианта ответа. По итогам проведения контрольной точки студент получает оценку «аттестован\не аттестован». При этом количество правильных ответов для оценки «аттестован» должно составлять не

менее 7 ответов. В случае пропуска лекционного занятия по неуважительной причине студент должен предоставить реферат на пропущенную тему.

в) План семинарских / практических занятий по дисциплине. План семинарских занятий соответствует темам лекционных занятий.

- ✓ Разведение понятий «экстремальные» и «чрезвычайные» ситуации.
- ✓ Особенности травматического стресса.
- ✓ Посттравматическое стрессовое расстройство: критерии оценки. Особенности проявления ПТСР у взрослых и детей
- ✓ Острые стрессовые реакции: критерии оценки и виды ОСР.
- ✓ Оказание психологической помощи пострадавшим при острых стрессовых реакциях.
- ✓ Феномен толпы. Особенности психологического состояния людей в толпе.
- ✓ Суицид: виды, суицидальное поведение, риски. Алгоритм оказания экстренной психологической помощи при попытке суицида.
- ✓ Психология горя: стадии и задачи горя.
- ✓ Психологические мишени в работе с горем.
- ✓ Профессиональный психологический отбор. Мониторинговое психодиагностическое обследование. Аттестация. Постэкспедиция.

г) Методические указания по организации самостоятельной работы студентов.

- основной результат вашего обучения – способность к осознанному приобретению знаний
- преподаватель выступает в качестве помощника, организатора групповой работы
- помните, что нет абсолютно правильных ответов
- работая над материалом, старайтесь максимально удерживать внимание в поле предметного дискурса, используя профессиональную терминологию при формулировании ответов
- работая над заданиями, вы можете прибегать к источникам дополнительной информации, которая с вашей точки зрения сможет помочь вам успешно справиться с работой
- в работе приветствуется коллективное обсуждение, произвольно объединяясь в группы
- групповая работа повышает ваши шансы на получение более высокого рейтинга, так как каждый участник группы получит оценку, соответствующую общему баллу, заработанному группой
- старайтесь не пропускать лекционные и семинарские занятия без уважительной причины.

12. Перечень учебной литературы и ресурсов сети Интернет

а) основная литература:

1. Психология кризисных и экстремальных ситуаций. Психическая травматизация и её последствия: [учебник] / Под ред. Н. Хрусталёвой. – СПб. : Издательство СПбГУ, 2014. – 372 с.
2. Рогачева Т. В. Психология экстремальных ситуаций и состояний: [учеб. пособие] / Т. В. Рогачева, Г. В. Залевский, Т. Е. Левицкая. – Томск: Издательский Дом ТГУ, 2015. – 276 с
3. Волкан В. Жизнь после утраты: психология горевания / В. Волкан, Э. Зинтл. – М.: Когито-Центр, 2014. – 158 с.
4. Психология экстремальных ситуаций [учебник] / Под ред. Ю. С. Шойгу. – СПб, 2019. – 271с.

б) дополнительная литература:

1. Виртц У. Жажда смысла. Человек в экстремальных ситуациях / У. Виртц, Й.

- Цобели. – М.: Когито-Центр, 2012. – 328 с.
2. Тарабарина Н. В. Психология посттравматического стресса / Н. В. Тарабарина. – М.: Институт психологии РАН, 2009. – 305 с.
 3. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных: [учеб. пособие] / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. – М.: Смысл, 2007. – 319 с.
 4. Совладающее поведение: современное состояние и перспективы / Под ред. А. Л. Журавлёва, Т. Л. Крюковой, Е. А. Сергиенко. – М.: Институт психологии РАН, 2008. – 241 с.
 5. Куричкова Е.В., Штумф В.О. Критерии эффективности 10-дневной программы медико-психологической реабилитации для специалистов МЧС России / Медико-биологические и социально-психологические проблемы безопасности в чрезвычайных ситуациях.- 2019.- № 3 - С.5-14
 6. Рябова Т.В. Проблема выявления осложненного горевания в клинической практике /Журнал практической психологии и психоанализа. – 2015.-№3. <https://psyjournal.ru/articles/problema-vuyavleniya-oslozhnennogo-gorevaniya-v-klinicheskoy-praktike>

в) ресурсы сети Интернет:

- Образовательная платформа «Юрайт» - <https://urait.ru/>
- Психологическая служба МЧС России - <https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati>

13. Перечень информационных технологий

а) лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Office Standart 2013 Russian: пакет программ. Включает приложения: MS Office Word, MS Office Excel, MS Office PowerPoint, MS Office OneNote, MS Office Publisher, MS Outlook, MS Office Web Apps (Word Excel MS PowerPoint Outlook);
- публично доступные облачные технологии (Google Docs, Яндекс диск и т.п.).

б) информационные справочные системы:

- Электронный каталог Научной библиотеки ТГУ – <http://chamo.lib.tsu.ru/search/query?locale=ru&theme=system>
- Электронная библиотека (репозиторий) ТГУ – <http://vital.lib.tsu.ru/vital/access/manager/Index>
- Образовательная платформа Юрайт – <https://urait.ru/>

14. Материально-техническое обеспечение

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

15. Информация о разработчиках

Левицкая Татьяна Евгеньевна, к.психол.н., доцент, и.о. зав. кафедрой генетической и клинической психологии ФП ТГУ.

Назметдинова Дилара Гамзатовна, старший преподаватель кафедры генетической и клинической психологии факультета психологии НИ ТГУ.