

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ  
ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ  
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
(ФГБОУ ВО «ЛГПУ»)**

**Институт педагогики и психологии  
Кафедра психологии**



**УТВЕРЖДАЮ**

Директор  
Института педагогики и психологии

М.В. Рудь

« 20 » 02 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**Психология травмирующих ситуаций**

По направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
Профиль подготовки – Психология образования  
Квалификация выпускника – бакалавр  
Форма обучения – очная  
ОФО: 3 курс, 6 семестр

Луганск, 2024

Рабочая программа дисциплины «Психология травмирующих ситуаций» является частью учебного плана, формируемой участниками образовательных отношений для подготовки бакалавров по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (профиль подготовки «Психология образования») очной формы обучения.

Рабочая программа составлена в соответствии с Федеральным законом от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (с изменениями и дополнениями), ФГОС ВО – бакалавриат по направлению 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 22 февраля 2018 г. № 122, приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 26 ноября 2020 г. № 1456 «О внесении изменений в федеральные государственные образовательные стандарты высшего образования и Профессиональным стандартом «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержденным приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 года № 514н.

**СОСТАВИТЕЛЬ:**

кандидат медицинских наук, доцент кафедры психологии ФГБОУ ВО «ЛГПУ» Марусенко Елена Андреевна;  
старший преподаватель кафедры психологии ФГБОУ ВО «ЛГПУ» Корнеева Антонина Ивановна.

Рабочая программа утверждена на заседании кафедры психологии  
« 14 » 02 2024 года, протокол № 7

Заведующий кафедрой психологии

 Е.И. Барышева

ОДОБРЕНА на заседании учебно-методической комиссии Института педагогики и психологии

« 15 » 02 2024 г., протокол № 7

Председатель учебно-методической комиссии  
Института педагогики и психологии

 Б.А. Дьяченко

**СОГЛАСОВАНО:**

Директор Департамента образования

 В.В. Савенков

« 16 » 02 2024 г.

## Структура и содержание дисциплины

### 1. Цели и задачи освоения дисциплины.

**Цели освоения** учебной дисциплины «Психология травмирующих ситуаций»:

- знакомство студентов с проблемами критической ситуации;
- определение конфликта, кризиса, фрустрации, стресса;
- формирования у них представления о психической травме, общем адаптационном синдроме, стрессе, травматическом стрессе, возможных эффектах травмы психической, индивидуальных особенностях реагирования на травму.

**Задачи освоения** учебной дисциплины «Психология травмирующих ситуаций»:

- формирование представления об основных общебиологических и общепсихологических закономерностях возникновения и развития психической травмы и закономерностях реагирования человека на психическую травму.

### 2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.

Дисциплина «Психология травмирующих ситуаций» относится к циклу психологических дисциплин, формируемых участниками образовательных отношений.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются: знания общей психологии и психофизиологии, возрастной психологии, психологии семьи и психологии конфликтов.

Содержание дисциплины служит основой для освоения дисциплин, интегрирующих знания по психологии.

Студенты, завершившие изучение дисциплины психология травмирующих ситуаций должны:

#### **знать:**

- основные задачи и цели, методологию психологии травмирующих ситуаций;
- особенности механизмов формирования травмы;
- основные категории, которые составляют проблему критической ситуации: стресс, конфликт, кризис, фрустрация;
- стадии общего адаптационного синдрома, особенности переживания горя как естественного и патологического процесса,
- теоретические модели и критерии диагностики посттравматического стрессового расстройства.
- виды кризисов и основные этапы психологической работы с кризисными состояниями.

#### **уметь:**

- определять, что есть кризис, конфликт, фрустрация, стресс, травматический стресс, переживания потери, психическая травма;
- определять стадии горевания, нормальные и патологические реакции на потерю;

- отличать острую травму, посттравматическое стрессовое расстройство и травматическое развитие;
- ориентироваться в последствиях травм развития, видах насилия и последствиях насилия;
- ориентироваться в особенностях терапевтических отношений;
- диагностировать психическое боль, роли жертва - агрессор;
- владеет навыками:**
  - сопровождения человека в его горевании;
  - исследования ПТСР в трудных жизненных ситуациях;
  - выявления ПТСР у детей.

### 3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

| Код по ФГОС ВО                                                                                   | Индикатор достижения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Результаты обучения по дисц.                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Общепрофессиональные                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
| ОПК – 8. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе специальных научных знаний. | ОПК–8.1. Применяет методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных знаний.<br>ОПК–8.2. Проектирует и осуществляет учебно-воспитательный процесс с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса | Знает: теоретические основы патопсихологии; предмет, основные задачи патопсихологии;<br><br>Умеет: использовать основы методы анализа педагогической ситуации, профессиональной рефлексии на основе специальных научных<br><br>Владеет: навыками проектирования и осуществления учебно-воспитательного процесса с опорой на знания основных закономерностей возрастного развития когнитивной и личностной сфер обучающихся, научно-обоснованных закономерностей организации образовательного процесса |

### 4. Структура и содержание дисциплины

#### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы                                               | Объем часов (зач. ед.) |  |
|------------------------------------------------------------------|------------------------|--|
|                                                                  | ОФО                    |  |
| Общая учебная нагрузка (всего)                                   | 72 (2зач. ед)          |  |
| Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)<br>в том числе: | 24                     |  |

|                                                                                                                                                                                                           |           |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|
| Лекции                                                                                                                                                                                                    | 10        |
| Семинарские занятия                                                                                                                                                                                       |           |
| Практические занятия (в том числе интерактив)                                                                                                                                                             | 14        |
| Лабораторные работы                                                                                                                                                                                       | -         |
| Контрольные работы (модули)                                                                                                                                                                               | -         |
| КСР                                                                                                                                                                                                       | -         |
| Курсовая работа (курсовой проект)                                                                                                                                                                         | -         |
| Другие формы и методы организации образовательного процесса ( <i>групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i> ) | -         |
| <b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>                                                                                                                                                            | <b>44</b> |
| Итоговая аттестация                                                                                                                                                                                       | зачет     |

## 4.2. Содержание разделов дисциплины

**Тема 1. Психогении и учение о психической травме.** История изучения психогений. К.Ясперс, и триада К.Ясперса. Дидактогения, ятрогения.

**Тема 2. Проблема критической ситуации.** Основные категории, составляющие проблему критической ситуации: кризис, конфликт, фрустрация, стресс. Ф.Е. Василюк о проблеме критической ситуации.

**Тема 3. Стресс, понятие о стрессе. Общий адаптационный синдром.** Г.Селье основоположник учения о стрессе. Стресс и общий адаптационный синдром. Эустресс, дистресс. Р. Лазурус о стрессе. Типы стрессовых реакций по Р. Лазурусу. Разновидности стресса: острый, хронический. Физиологический, психологический, информационный стрессы.

**Тема 4. Состояние горя. Горе как естественный и патологический процесс.** Горе, как утрата. Стадии переживания утраты. Горе как естественный, и патологический процесс. Ф.Е. Василюк «Пережить горе». Работа горя. Признаки переживания естественного горя и патологического. Задержанное горе. Первая помощь и психологическое сопровождения горя.

**Тема 5. Травматический стресс.** Определение и признаки травматического стресса. Виды травматического стресса. Острый, хронический, отсроченный (отставленный). Классификация А.А. Александрова по способам адаптации к травматическому стрессу.

**Тема 6. Посттравматическое стрессовое расстройство.** ПТСР – посттравматическое стрессовое расстройство личности. Диагностические критерии. Особенности проявления ПТСР. Помощь и психологическое сопровождение.

**Тема 7. Особенности ПТСР у детей.** Возрастные особенности ПТСР у детей. Особенности переживаний военных действий, утраты близкого, особенности переживания тяжелой болезни. Насилие у детей. Виды насилия. Классификация видов насилия по руководству Асановой. Пренебрежение родительскими обязанностями. Насилие физическое, психическое и сексуальное. Особенности переживания насилия детьми в возрастном аспекте.

**Тема 8. Теоретические модели, критерии диагностики ПТСР.** Критерии диагностики ПТСР по МКБ-10, DSM-4. Группы симптомов (вторжение, избегание, физиологической гиперактивации).

**Тема 9. Психокоррекция и психотерапия ПТСР.** Психотерапевтические, психокоррекционные методы ПТСР. Сравнительный анализ наиболее эффективных методов и их комбинации.

**Тема 10. Психокоррекция и психотерапия кризисных состояний.** Психологическое сопровождение и методы психологической помощи человека в кризисной ситуации. Методы поведенческой терапии, гештальт-подход о сопровождении и терапии в кризисной ситуации. Методы транзактного анализа, психодрамы, рационально-имотивной психотерапии А. Эллиса.

#### 4.3. Лекции

| № п/п         | Название темы                                                           | Объем часов |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------|-------------|
|               |                                                                         | ОФО         |
| 1             | Тема 1. Психогении и учение о психической травме.                       | 2           |
|               | Тема 2. Проблема критической ситуации.                                  |             |
| 2             | Тема 3. Стресс, понятие о стрессе. Общий адаптационный синдром.         |             |
|               | Тема 4. Состояние горя. Горе как естественный и патологический процесс. |             |
| 3             | Тема 5. Травматический стресс                                           | 2           |
|               | Тема 6. Посттравматическое стрессовое расстройство.                     |             |
| 4             | Тема 7. Особенности ПТСР у детей.                                       | 2           |
|               | Тема 8. Теоретические модели, критерии диагностики ПТСР.                |             |
| 5             | Тема 9. Психокоррекция и психотерапия ПТСР.                             | 2           |
|               | Тема 10. Психокоррекция и психотерапия кризисных состояний.             |             |
| <b>Итого:</b> |                                                                         | <b>10</b>   |

#### 4.4. Практические (семинарские) занятия

| № п/п | Название темы                                                   | Объем часов |
|-------|-----------------------------------------------------------------|-------------|
|       |                                                                 | ОФО         |
| 1     | Психогении и учение о психической травме.                       | 2           |
|       | Проблема критической ситуации.                                  |             |
| 2     | Стресс, понятие о стрессе. Общий адаптационный синдром.         | 2           |
| 3     | Состояние горя. Горе как естественный и патологический процесс. | 2           |
| 4     | Травматический стресс                                           | 2           |
| 5     | Посттравматическое стрессовое расстройство.                     | 2           |
| 6     | Особенности ПТСР у детей.                                       | 2           |
| 7     | Теоретические модели, критерии диагностики ПТСР.                | 2           |

|               |           |
|---------------|-----------|
| <b>Итого:</b> | <b>14</b> |
|---------------|-----------|

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

| №<br>п/п      | Название темы                                                                                   | Вид СРС                                 | Объем часов |
|---------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------|-------------|
|               |                                                                                                 |                                         | ОФО         |
| 1             | Фрустрация как состояние и как процесс.                                                         | Конспектирование.                       | 2           |
| 2             | Стресс. Эмоциональный стресс. Механизмы развития.                                               | Составить таблицу.                      | 2           |
| 3             | Соматические нарушения в процессе стресса. Патогенность стресса.                                | Конспектирование.                       | 2           |
| 4             | Патологический аффект.                                                                          | Конспектирование.                       | 2           |
| 5             | Особенности психологической помощи в критических ситуациях.                                     | Конспектирование.<br>Составить таблицу. | 2           |
| 6             | Конфликт. Внутриличностный конфликт                                                             | Конспектирование.                       | 2           |
| 7             | Особенности переживания насилия                                                                 | Конспектирование                        | 2           |
| 8             | Физическое насилие.                                                                             | Конспектирование.                       | 2           |
| 9             | Психологическое насилие.                                                                        | Конспектирование.                       | 2           |
| 10            | Сексуальное насилие.                                                                            | Конспектирование.                       | 2           |
| 11            | Личностные расстройства. .                                                                      | Конспектирование.                       | 2           |
| 12            | Аффективные и поведенческие расстройства как следствие травмы психической                       | Конспектирование.                       | 4           |
| 13            | Психосоматические и соматопсихические взаимосвязи.                                              | Конспектирование.                       | 4           |
| 14            | Болезнь как фактор травматизации. Типы психического реагирования на болезнь.                    | Конспектирование.                       | 4           |
| 15            | Стигматизация.                                                                                  | Конспектирование.                       | 2           |
| 16            | Синдром Мюнхгаузена как психическое расстройство.                                               | Конспектирование.                       | 2           |
| 17            | Причины и следствия канцерофобии. Способы психологической помощи.                               | Конспектирование.                       | 2           |
| 18            | Психологические аспекты тяжелых заболеваний и психологическое сопровождение неизлечимо больных. | Конспектирование.                       | 2           |
| 19            | Стресс как специфическая реакция организма. Психотравма.                                        | Конспектирование.                       | 2           |
| <b>Итого:</b> |                                                                                                 |                                         | <b>44</b>   |

#### 5. Образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

*Информационные технологии:* использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект, размещенный во внутренней сети или т.п.) при подготовке к лекциям, практическим и лабораторным занятиям.

*Работа в команде:* совместная работа студентов в группе при выполнении лабораторных работ, выполнении групповых домашних заданий по разделу «Основы нейropsychологии».

## **6. Формы контроля освоения дисциплины.**

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем(ями), ведущими практические занятия по дисциплине в следующих формах:

1. Индивидуальный опрос
2. Фронтальный опрос
3. Промежуточные тестовые задания по пройденному материалу
3. Итоговые письменные модульные работы

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме письменного экзамена (включает в себя ответ на теоретические вопросы и решение задач) либо в сочетании различных форм (компьютерного тестирования, решения задач и пр.).

## **Система оценивания учебных достижений студентов очной и очно-заочной форм обучения**

| Вид текущей учебной работы                | Количество баллов |
|-------------------------------------------|-------------------|
| Тестовый контроль (контрольная работа)    | 40                |
| Зачет                                     | 40                |
| Написание реферата (нескольких рефератов) | 10                |
| Таблица (нескольких таблиц)               | 10                |
| и др.                                     |                   |
| Итого за семестр:                         | 100               |

## **Накопительная система оценивания по 100-балльной шкале**

| Четырехбалльная система оценивания экзамена | 100-балльная шкала | Буквенная шкала, соответствующая 100-балльной шкале                                                                                                                                                                                                                                                       | Система оценивания зачета |
|---------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------|
| ОТЛИЧНО                                     | <b>90-100</b>      | <b>А – отлично</b> – теоретическое содержание курса освоено полностью, без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество их выполнения оценено числом баллов, близким к максимальному |                           |
| ХОРОШО                                      | <b>83-89</b>       | <b>В – очень хорошо</b> – теоретическое содержание курса освоено полностью,                                                                                                                                                                                                                               |                           |

|                     |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |                   |
|---------------------|--------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------|
|                     |              | без пробелов; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения большинства из них оценено числом баллов, близким к максимальному                                                                                                              | <b>зачтено</b>    |
| Хорошо              | <b>75-82</b> | <b>С – хорошо</b> – теоретическое содержание курса освоено полностью; некоторые практические навыки работы с освоенным материалом сформированы недостаточно; все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены, качество выполнения ни одного из них не оценено минимальным числом баллов, некоторые виды заданий выполнены с ошибками                     |                   |
| Удовлетворительно   | <b>63-74</b> | <b>Д – удовлетворительно</b> – теоретическое содержание дисциплины освоено частично, но пробелы не носят существенного характера; необходимые практические навыки работы с освоенным материалом в основном сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий выполнено, некоторые из выполненных заданий, содержат ошибки                      |                   |
| Удовлетворительно   | <b>50-62</b> | <b>Е – посредственно</b> – теоретическое содержание курса освоено частично; некоторые практические навыки работы не сформированы, многие предусмотренные программой обучения учебные задания не выполнены либо качество выполнения некоторых из них оценено числом баллов, близким к минимальному                                                                          |                   |
| Неудовлетворительно | <b>21-49</b> | <b>FX – неудовлетворительно</b> – теоретическое содержание курса освоено частично; необходимые практические навыки работы не сформированы; большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий не выполнено либо качество их выполнения оценено числом баллов, близким к минимальному; при дополнительной самостоятельной работе над материалом курса возможно | <b>Не зачтено</b> |

|                     |      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |  |
|---------------------|------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--|
|                     |      | повышение качества выполнения учебных заданий                                                                                                                                                                                                                                                                                            |  |
| Неудовлетворительно | 0-20 | <b>Ф – неудовлетворительно</b> – теоретическое содержание курса не освоено; необходимые практические навыки работы не сформированы; все выполненные учебные задания содержат грубые ошибки, дополнительная самостоятельная работа над материалом курса не приведет к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий |  |

## 7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины

### *а) основная литература:*

1. Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия / сост. А. Е. Тарас, К. В. Сельченко. – Москва: «АСТ», Минск: «Харвест», 2002. – 480с.
2. Гринберг Дж. Управление стрессом. 7-е изд. / Дж. Гринберг. – СПб: «Питер», 2002. – 496с.
3. А. В. Гнездилов. Психология и психотерапия потерь / А.В. Гнездилов. – СПб.: изд-во «Речь»; 2002.-162с.
4. Козлов В.В. Работа с кризисной личностью / В.В. Козлов. – М.: изд-во Института Психотерапии, 2003 – 302с.
5. Василюк Ф. Е. Процесс переживания. В кн. Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия / Ф.Е. Василюк. – Самара: изд. дом «Бахрах-М», 2003 – 656с.
6. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. / Н.В. Тарабрина. – СПб: «Питер», 2001. – 432с.
7. М. Перре, У. Бауманн Клиническая психология / М. Перре. – СПб: «Питер», 2002 гл. 17 с. 358-388.

### *б) дополнительная литература:*

1. Василюк Ф.Е. Переживание и молитва. – 2-е изд., испр. и доп. – М.; Смысл, 2021. – 244с.
2. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции / Ю.В. Щербатых. – СПб.: «Питер», 2012. – 256с.
3. Г. Селье. Очерки об адаптационном синдроме / Г. Селье. — М. Медгиз, 1960

### *в) интернет-ресурсы:*

<http://azps.ru/>  
<http://psy-diagnoz.com/>  
<http://www.psihu.net/>

[http://www.koob.ru/psychodiagnostic\\_systems/](http://www.koob.ru/psychodiagnostic_systems/)  
<http://psylib.org.ua/books/beloo01/index.htm>  
<http://www.psifaktor.com/diagnoz.html>

## **8. Методическое обеспечение дисциплины**

1. Тексты лекций в электронной и печатной форме
2. Планы практических занятий с основными тезисами по указанной теме в электронной и печатной форме.
3. Перечень творческих заданий в электронной и печатной форме.
4. Темы для самостоятельной подготовки в электронной и печатной форме.
5. Тестовые задания и электронные варианты учебников по дисциплине.

## 9. Лист дополнений и изменений к рабочей программе

на 2020/2021 учебный год

| № п/п | Дата<br>внесения изменения<br>/ дополнения | Основание | Содержание<br>изменения /<br>дополнения | Лица, подтверждающие<br>изменение / дополнение               |                                                           |
|-------|--------------------------------------------|-----------|-----------------------------------------|--------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------|
|       |                                            |           |                                         | Заведующий<br>кафедрой<br>(Фамилия,<br>инициалы,<br>подпись) | Директор /<br>декан<br>(Фамилия,<br>инициалы,<br>подпись) |
|       |                                            |           |                                         |                                                              |                                                           |
|       |                                            |           |                                         |                                                              |                                                           |