

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО  
ОБРАЗОВАНИЯ «НОВОСИБИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
(ФГБОУ ВО НГМУ МИНЗДРАВА РОССИИ)

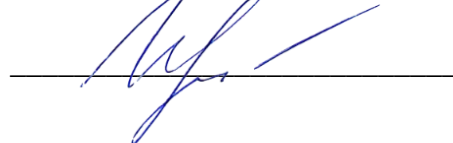
УТВЕРЖДАЮ

Декан

факультета социальной работы и  
клинической психологии

Гуляевская Н.В.

«05» июня 2024 г.



## **МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Психология экстремальных ситуаций и состояний

Шифр дисциплины: Б1.В.ДВ.05.02

Специальность: 37.05.01 Клиническая психология

Форма обучения: очная

Год набора: 2024

Методические указания по освоению дисциплины «Психология экстремальных ситуаций и состояний» является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы специалитета по специальности 37.05.01 – «Клиническая психология»

Методические указания разработали сотрудники кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии

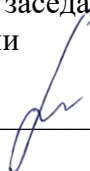
<b>Фамилия И.О.</b>	<b>Должность</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
Филоненко Е.В.	доцент	к.м.н., доцент
Лазюк И.В.	ст. преподаватель	-

Рецензент(ы):

<b>Фамилия И.О.</b>	<b>Должность</b>	<b>Ученая степень, ученое звание</b>	<b>Кафедра/организация</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
Федоришин М.И.	доцент	к.псих.н., доцент	Кафедра практической и специальной психологии ФГБОУ ВО «Новосибирский государственный педагогический университет»

Методические указания рассмотрены и одобрены на заседании кафедры психиатрии, наркологии, психотерапии и клинической психологии  
Протокол № «07» от «05» июня 2024 г.

Зав. кафедрой д.м.н., профессор Овчинников А.А.



Методические указания рассмотрены и одобрены на заседании цикловой методической комиссии по специальности «Клинической психологии» и «Социальная работа».  
Протокол № «06» от «31» мая 2024 г.

## **1. Цель и задачи дисциплины**

Цель дисциплины:

формирование у студентов знаний о важнейших законах, закономерностях и принципах создания, функционирования и развития психических процессов и личности, ознакомление студентов с основными отраслями научной психологии в области экстремальных ситуаций и состояний, видами и сферами работы психологов-практиков в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, формирование образа психолога-профессионала, работающего с кризисными состояниями (когнитивная и ценностно-смысловая составляющая), содействие развитию мотивации к освоению профессии «психолог», раскрытие основных проблем, связанных с оценкой, предвидением и оптимизацией психических состояний и поведения человека в трудной и экстремальной ситуации.

Задачи дисциплины:

1. формирование научных представлений о предмете и объекте экстремальных и критических ситуаций;
2. построение типологии экстремальных и критических ситуаций;
3. определение взаимосвязи экстремальной психологии с другими ветвями психологии;
4. различение субъективных и объективных факторов опасности;
5. обоснование необходимости организации системы активной профилактики экстремальных и критических ситуаций;
6. информирование о способах оказания психологической помощи жертвам экстремальных ситуаций;
7. освоение методов психологической экспертизы происшествий и инцидентов в социотехнической системе, позволяющих выявить роль человеческого фактора.

## **2. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины.**

ОК-6 способностью и готовностью к овладению новыми методами исследования, к изменению научного и научно-практического профиля своей профессиональной деятельности, к изменению социокультурных условий деятельности

ОК-9 способностью и готовностью к восприятию личности другого, эмпатии, установлению доверительного контакта и диалога, убеждению и поддержке людей

Профессиональные компетенции (ПК):

ПК-3 умением разрабатывать дизайн психологического исследования: формулированием проблемы и гипотезы, генерированием теоретического контекста конкретных исследований, определением параметров и ресурсов для психологических исследований, описанием методологии, планированием и проведением исследования

ПК-5 умением выявлять и анализировать информацию о потребностях пациента (клиента) и медицинского персонала (или заказчика услуг) с помощью интервью, анамнестического метода и других клинико-психологических (идиографических) методов

В результате освоение дисциплины обучающийся должен

Знать:

Зн.1 организационные, правовые и этические принципы работы психолога в консультировании и психотерапии;

Зн.2 методы установления доверительного контакта;

Зн.3 законы развития психики в фило- и онтогенезе;

Зн.4 методы исследования, модели измерения и эксперимента, стратегии принятия диагностических решений;

Зн.5 клинико-психологическую феноменологию, механизмы и факторы риска возникновения расстройств психического, психосоматического здоровья и развития;

Уметь:

Ум.1 прогнозировать изменения и оценивать их динамику в различных сферах психического функционирования человека при медицинском и психологическом воздействии, направленном на гармонизацию жизнедеятельности индивида;

Ум.2 использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;

Ум.3 планировать деятельность и самостоятельно работать при оказании экстренной психологической помощи в экстремальных и кризисных ситуациях;

Ум.4 применять методы клинико-психологической оценки психопатологических симптомов, защитных механизмов и копинговых стратегий личности с целью выбора конкретных психологического воздействия;

Владеть:

Вл.1. приемами психотерапевтической работы и психологического сопровождения лиц, находящихся в ситуациях стресса;

Вл.2. способами совершенствования системы саморегуляции и предотвращения синдрома профессионального сгорания психотерапевта и консультанта;

Вл.3. основными приемами экстренной психологической помощи;

Вл.4. методами, процедурами и техниками диагностики психологической оценки состояния психического, психосоматического здоровья и развития в детском и взрослом возрасте;

Вл.5 основными техниками создания и поддержания рабочего альянса в психотерапевтических отношениях.

### **3. Основные виды занятий и особенности их проведения при изучении дисциплины**

По дисциплине предусмотрено проведение занятий лекционного типа, на которых дается основной систематизированный материал, занятий семинарского типа - практических занятий.

По дисциплине предусмотрено проведение занятий семинарского типа - практических занятий. Важнейшим этапом освоения дисциплины является самостоятельная работа с использованием научной литературы. Отдельные разделы или темы дисциплины не разбираются на лекциях, но отводятся на самостоятельное изучение по рекомендуемой учебной литературе и учебным пособиям. Материалы тем, отведенных на самостоятельное изучение, в обязательном порядке входят составной частью в темы текущего и промежуточного контроля.

Общее распределение часов контактной работы по видам учебной деятельности и самостоятельной работы по темам дисциплины и видам занятий приведено в разделе «Содержание дисциплины» рабочей программы дисциплины.

Залогом успешного освоения дисциплины является обязательное посещение лекционных и практических занятий, так как пропуск одного (тем более, нескольких) занятий может осложнить освоение разделов дисциплины. Материал, изложенный на лекциях, закрепляется на занятиях семинарского типа.

Изучение дисциплины завершается *зачетом* в 8 семестре.

## 4. Содержание дисциплины

### Практическое занятие № 1

#### Тема 1 Введение в психологию экстремальных и критических ситуаций

##### 1. Контрольные вопросы:

1. Основные понятия экстремальной психологии: предмет, объект, ситуация. Ключевые понятия: «стрессовая ситуация», «напряженная ситуация», «экстремальная ситуация»,
2. «критическая ситуация», «жизненное событие», «чрезвычайная ситуация».
3. Понятия чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации. Понятие экстремальности. Виды экстремальных ситуаций. Классификация экстремальных ситуаций.
4. Система факторов, действующих в социальной и природной среде в экстремальных ситуациях: микро-, мезо- и макрофакторы..

##### 2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый контроль исходных знаний студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

### Практическое занятие № 2

## Тема 2. Типология критических ситуаций

### 1. Контрольные вопросы:

1. Субъективные и объективные характеристики факторов угроз в экстремальной и критической ситуациях.
2. Прямые и косвенные экстремальные факторы.
3. Типология экстремальных ситуаций: по содержанию действующих факторов, по характеру возникновения, по продолжительности действия, по возможности разрешения, по последствиям, по сфере жизнедеятельности людей.
4. Экстремальные ситуации в предметно- профессиональной деятельности и повседневно-бытовой жизни.

### 2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 3

### Тема 3. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Определение понятия профессиональной деятельности в экстремальных условиях.
2. Влияние особенностей деятельности на развитие профессиональной деформации.
3. «Эмоциональное выгорание» как профессиональный кризис, связанный с работой в целом: эмоциональная истощенность, деперсонализация (цинизм), редукция профессиональных достижений, профессиональная неэффективность.
4. Связь «эмоционального выгорания» с профессиональной деятельностью.
5. Профессиональные деформации характера, свойственные
6. представителям разных профессий.

### 2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по

	теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 4

### Тема 4. Характеристика субъекта в экстремальной психологии

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Типичные психические реакции человека в экстремальных и критических условиях. Первичные реакции человека на НС и ЭС.
2. Внешние и внутренние факторы эмоциогенности профессиональных и жизненных напряженных и экстремальных ситуациях.
3. Влияние экстремальных ситуаций на познавательные процессы человека.
4. Типы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях.
5. Активная и пассивная формы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях, их преимущества и недостатки.
6. Типы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях (напряженный, агрессивно-бесконтрольный, прогрессивный, тормозный, трусливый).

#### 2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый контроль исходных знаний студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 5

### Тема 5. Типичные психологические реакции человека в экстремальных и критических условиях



## 1. Контрольные вопросы:

1. Закономерности соотношения ситуации и процессов переживания как их преодоления (ранг ситуаций, роли переживаний). Режимы функционирования сознания. Характеристика поведения в стрессе, фрустрации, конфликте и кризисе.
2. Психические состояния в условиях ситуаций прогноза и ожидания. Психические состояния в условиях ситуаций прогноза. Психические состояния в условиях ситуаций ожидания.
3. Фрустрационные состояния. Эмоциональные состояния, связанные с недостижением цели. Понятие фрустрационной напряженности. Фрустрационные эмоциональные состояния и переживания, проявляющиеся в форме обиды, разочарования, досады, отчаяния, гнева, иступления, уныния, печали, тоски и ностальгии, вины.
4. Горе как глубокое личностное переживание и травматическая реакция на психотравмирующее воздействие. Неосложненная реакция утраты. Реакция горя в рамках
5. расстройств адаптации.

## 2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 6

### Тема 6. Стресс как биологическая и психологическая категория

## 1. Контрольные вопросы:

1. Развитие концепции стресса. Эволюция теории стресса Г. Селье. Многозначность понятия «стресс». Классификация стрессов. Субсиндромы стресса.
2. Физиологические проявления стресса. Активация гипоталамуса. Повышение активности симпатического отдела нервной системы. Включение гормональных механизмов. Роль сердечно-сосудистой системы при формировании стрессорных реакций. Значение нервной системы в преодолении стресса.
3. Психологический стресс. Введение понятия психологического (эмоционального) стресса. Особенности психологического стресса

4. Объективные причины возникновения психологического стресса. Условия жизни и работы (постоянные компоненты существования). Взаимодействие с другими людьми. Политические и экономические факторы. Чрезвычайные обстоятельства
5. Каузальная классификация стрессоров. Степень подконтрольности стрессора. Локализация стрессора.

## 2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

### Практическое занятие № 7

#### Тема 7. Динамика стрессовых состояний

##### 1. Контрольные вопросы:

1. Общие закономерности развития стресса. Классическая динамика развития стресса Влияние характеристик стрессора на уровень стресса.
2. Факторы, влияющие на развитие стресса. Врожденные особенности организма и ранний детский опыт. Родительские сценарии. Личностные особенности. Факторы социальной среды. Когнитивные факторы.
3. Негативные последствия длительного стресса.
4. Психосоматические заболевания и стресс.
5. Посттравматический синдром.

##### 2. План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

### Практическое занятие № 8

#### Тема 8. Экстремальные ситуации и посттравматические стрессовые нарушения (PTSD).

##### 1. Контрольные вопросы:

1. Посттравматическое стрессовое расстройство.
2. Посттравматический синдром. Понятие повторного переживания («флешбэк»).
3. Типология личностного ответа на посттравматический период. Модели ответа личности на чрезвычайную психотравму по В.М. Волошину. Симптомы PTSD.
4. Направления изучения PTSD. Социально- психологическая адаптация пострадавших в ЭС к обычным условиям жизнедеятельности.

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый контроль исходных знаний студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 9

### Тема 9. Адаптационные реакции организма на экстремальные ситуации

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Способы преодоления трудных ситуаций (внешне- предметные и внутренне-субъективные). Механизмы психологической защиты.
2. Теоретическая модель адаптации человека к напряженным и кризисным ситуациям.
3. Понятие реадаптации и восстановления..

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый контроль исходных знаний студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 10

### Тема 10. Психологическая устойчивость личности в экстремальной ситуации

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Понятие «устойчивость» и «толерантность». Содержание устойчивости и толерантности личности в напряженных и экстремальных условиях. Аспекты устойчивости личности. Внутренние и внешние факторы устойчивости. Факторы, препятствующие психологической устойчивости.
2. Влияние психологической устойчивости и готовности на эффективность и надежность профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях.
3. Надежность и подходы к ее изучению. Отличительные особенности надежности работы машины и деятельности человека. Отказ (срыв) деятельности человека. Характеристики надежности. Внешние и внутренние факторы надежности деятельности человека...

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый контроль исходных знаний студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 11

### Тема 11. Стратегии совладания и механизмы психологической защиты

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Понятие копинга. Основные концепции и свойства копинга. Защитные механизмы личности. Соотношение защитного и копингового поведения. Результат копинга.
2. Систематика копинговых реакций и действий: ориентированные на ситуацию, на репрезентацию, на оценку.
3. Социологические подходы к копингу. Копинг стресса по Перре, Лацарусу, Мейхенбауму, Прохазке, Д. Клементе, Норкроссу.

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 12

### Тема 12. Особенности протекания экзистенциальных и возрастных кризисов

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Стрессы взрослых людей. Профессиональный стресс: объективные, субъективные, внутриличностные, межличностные факторы. Профессиональное выгорание.
2. Особенности стресса у детей: причины, механизмы, общие статические и динамические характеристики.
3. Отдельные формы внешних кризисов. Семейный стресс, стресс адаптации к образовательному учреждению. Коммуникативный, учебный стресс.

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 13

### Тема 13. Психология насилия

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Семейное (домашнее) насилие.

2. Сексуальное насилие.

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 14

Тема 14. Психология группы в напряженных и экстремальных ситуациях

### 1. Контрольные вопросы:

1. Надежность деятельности группы в напряженных и экстремальных ситуациях. Факторы надежности группы: формально-количественные и социально-психологические характеристики группы, психические состояния и личностные качества членов группы.

2. Типы реакций групп в экстремальных ситуациях.

Групповая активность в условия относительной социальной изоляции.

Группы производственной, образовательно-воспитательной и исправительно-трудовой направленности.

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 15

Тема 15. Методы исследования в психологии экстремальных ситуаций

### 1. Контрольные вопросы:

1. Диагностика психических состояний человека в напряженных и экстремальных ситуациях. Изучение субъективной значимости для человека психогенных ситуаций.
2. Методы изучения поведения человека и группы в в напряженных и экстремальных ситуациях. Лабораторный и естественный эксперимент. Методы изучения межличностных конфликтов.

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 16

### Тема 16. Социально-психологическая работа с пострадавшими в чрезвычайной ситуации

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Организация деятельности людей в зоне ЧС. Группы пострадавших в ЧС (жертвы; пострадавшие, очевидцы и наблюдатели). Психологические особенности групп пострадавших. Аспекты психогенных расстройств (неврозы, психозы и др.), их особенности и динамика (фазы) развития.
2. Специфика психологической помощи каждой из групп пострадавших в условиях ЧС.
3. Основные направления психологической работы с населением в ходе ликвидации последствий чрезвычайной ситуации.
4. Взаимодействие профессионалов при эвакуации пострадавших из зоны чрезвычайной ситуации.
5. Коррекционная работа с людьми, пережившими экстремальную ситуацию. Характеристика энергетической, пространственной, временной, генетической и информационно- когнитивной парадигм как основа разработки психотехнологий преодоления критических ситуаций.

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый <b>контроль исходных знаний</b> студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)

<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)
--	---

## Практическое занятие № 17

### Тема 17. Основные принципы психологической поддержки и психотерапии терминальным больным

#### 1. Контрольные вопросы:

Основные принципы психологической поддержки и психотерапии терминальным больным

#### 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый контроль исходных знаний студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Практическое занятие № 18

### Тема 18. Методы оптимизации уровня стрессов

#### 1. Контрольные вопросы:

1. Общие подходы к нейтрализации стресса. Методы нейтрализации стресса в зависимости от природы



антистрессорного воздействия (психологические, физиологические, биохимические, физические). Методы нейтрализации стресса в зависимости от способа применения антистрессорного воздействия (средства самопомощи, технические средства, методы, требующие участия другого человека).

2. Способы саморегуляции психологического состояния во время стресса: аутогенная тренировка, метод биологической обратной связи, дыхательные техники, мышечная релаксация. Рациональная психотерапия, диссоциирование от стресса, визуализация, НЛП, медитация. Поведенческая терапия, усовершенствование коммуникативных навыков...

## 2 План занятия и деятельность студента

План занятия	Деятельность студента
Тестовый контроль исходных знаний студентов	Выполнение письменного тестирования по теме (Ум.1, Ум.2, Ум.3, Ум.4)
<b>Теоретическая часть занятия</b> Опрос студентов по теме Коррекция знаний студентов, необходимых для выполнения практической работы.	Ответы на вопросы устно (Вл.1, Вл.2, Вл.3, Вл.4, Вл.5)

## Литература и электронно-образовательные ресурсы

### Основная литература:

1. Щербатых Ю.В. Психология стресса и методы коррекции [Электронный ресурс]: учебное пособие / Ю. В. Щербатых. - 2-е изд. - (1 файл : 5,62 Мб). - СПб. : Питер, 2012. - 256 с.

### Дополнительная литература:

1. Абабков В.А., Персонифицированная психотерапия[Электронный

ресурс] / Абабков В.А. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2016. - 352 с. - ISBN 978-5-9704-3809-1 - Режим доступа:

<http://www.rosmedlib.ru/book/ISBN9785970438091.html>

2. Психология стресса и стрессоустойчивого поведения [Электронный ресурс] : учебно-методический комплекс по направлению «Психология служебной деятельности» / сост. Б. П. Морозов, Н. М. Клепикова-Новосибирск : НГПУ, 2013. - 112 с. : табл. - Режим доступа:

<https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/3318/read.php>

#### Электронные ресурсы:

1. Консультант Врача. Электронная медицинская библиотека[Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО ГК «ГЭОТАР». – URL: <http://www.rosmedlib.ru> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

2. Электронно-библиотечная система НГМУ (ЭБС НГМУ) [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / НГМУ – URL: <http://library.ngmu.ru/> – Доступ к полным текстам с любого компьютера после авторизации.

3. ЛАНЬ [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО «Издательство ЛАНЬ». – URL: <https://e.lanbook.com> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

4. ЮРАЙТ[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система (ЭБС) / ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ». – URL: <http://www.biblio-online.ru/> – Доступ к полным текстам с любого компьютера, после регистрации из сети университета.

5. Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)[Электронный ресурс] : сайт. – URL: <https://icdlib.nspu.ru/> – Доступ после указания ФИО, штрих-код читательского билета и университета НГМУ в поле «Организация» на сайте МЭБ.

6. ГАРАНТ [Электронный ресурс] : справочно-правовая система : база данных / ООО НПП «ГАРАНТ-СЕРВИС». –Доступ в локальной сети.

7. SpringerJournals[Электронныйресурс] : базаданных/ SpringerNatur: – URL : <https://link.springer.com/> - Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.

8. Polpred.com Обзор СМИ [Электронный ресурс] : сайт. – URL: <http://polpred.com/> – Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.

9. Федеральная электронная медицинская библиотека [Электронный ресурс] : электронно-библиотечная система (ЭБС) / ЦНМБ Первого Московского государственного медицинского университета им. И.М.Сеченова.– Режим доступа : <http://feml.scsml.rssi.ru/feml>, – Свободный доступ.

10. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : электронная библиотека / Науч. электрон. б-ка. – URL: <http://www.elibrary.ru/>. – Яз. рус., англ. – Доступ к подписке журналов открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета; к

журналам открытого доступа – свободный доступ после регистрации на сайте elibrary.ru.

11. Colibris[Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система (ЭБС) / КрасГМУ – URL: [http://krasgmu.ru/index.php?page\[common\]=elib](http://krasgmu.ru/index.php?page[common]=elib) – Доступ к полным текстам с любого компьютера после авторизации.

12. Министерство здравоохранения Российской Федерации: Документы.[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <https://www.rosminzdrav.ru/documents>– Свободный доступ.

13. Министерство здравоохранения Новосибирской области[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.zdrav.nso.ru/page/1902>– Свободный доступ.

14. Российская государственная библиотека[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.rsl.ru> – Свободный доступ.

15. ConsiliumMedicum[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.consilium-medicum.com/> – Свободный доступ.

16. PubMed : US National Library of Medicine National Institutes of Health[Электронный ресурс] – URL: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed> – Свободный доступ.

17. MedLinks.ru[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.medlinks.ru/> – Свободный доступ.

18. Архив научных журналов НЭИКОН[Электронный ресурс] : сайт. <http://archive.neicon.ru/xmlui/> – Доступ открыт со всех компьютеров библиотеки и сети университета.

19. ScienceDirect. Ресурсы открытого доступа[Электронный ресурс] : сайт. – Режим доступа : <http://www.sciencedirect.com/science/jrnallbooks/open-access> – Свободный доступ.

20. КиберЛенинка: научная электронная библиотека[Электронный ресурс]– Режим доступа : <http://cyberleninka.ru/> – Свободный доступ.

### **Критерии оценок деятельности студента при освоении учебного материала**

#### **Критерии оценок тестового контроля:**

«ОТЛИЧНО»	90-100% правильных ответов
«ХОРОШО»	80-89% правильных ответов
«УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	60-79% правильных ответов
«НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	59% и менее правильных ответов

#### **Критерии оценок теоретической части:**

«ОТЛИЧНО»	<i>Сформированы все диагностические критерии</i>
«ХОРОШО»	<i>Сформированы большинство диагностических критериев</i>
«УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	<i>Сформированы не все диагностические критерии</i>

«НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	<i>Не сформированы диагностические критерии</i>
-----------------------	---

#### Критерии оценок практической части:

«ОТЛИЧНО»	<i>Алгоритм проведения дифференциального диагноза по ведущему синдрому выполнен. План лечения разработан, лекарственная терапия подобрана в полном объеме.</i>
«ХОРОШО»	<i>Алгоритм проведения дифференциального диагноза по ведущему синдрому выполнен, допущены ошибки в исключении сходных нозологий. План лечения разработан, лекарственная терапия подобрана не в полном объеме.</i>
«УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	<i>Алгоритм проведения дифференциального диагноза осуществлен бессистемно, порядок действий не соблюден, использован ограниченный круг сходных нозологий. План лечения хаотичен, лекарственная терапия не подобрана.</i>
«НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО»	<i>Алгоритм проведения дифференциального диагноза по ведущему синдрому не выполнен. План лечения не разработан, лекарственная терапия не подобрана.</i>

#### Рекомендации для студентов, пропустивших занятие.

1. Для освоения материала пропущенной **лекции** студент выполняет рукописный реферат
2. Для освоения материала пропущенного **практического занятия** студент самостоятельно (после аудиторных занятий, во второй половине дня) выполняет практическую часть занятия, изучает теоретический материал. В письменном виде должен быть рукописный реферат по пропущенной теме.
3. В дни приема отработок пропущенных занятий студент с выполненным письменным заданием приходит к преподавателю.