

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Дальневосточный государственный университет путей сообщения"  
(ДВГУПС)

УТВЕРЖДАЮ

Зав.кафедрой

(к704) Общая, юридическая и  
инженерная психология



Леженина А.А.  
кандидат психол. наук,

07.05.2024

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины Психология травмы

37.05.02 Психология служебной деятельности

Составитель(и): кандидат пед.наук, доцент, Харчевникова Е.В.

Обсуждена на заседании кафедры: (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от 16.04.2024г. № 7

Обсуждена на заседании методической комиссии по родственным направлениям и специальностям: Протокол

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_ 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_ \_\_\_\_ 2025 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А. кандидат психол. наук, доцент

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_ 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_ \_\_\_\_ 2026 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А. кандидат психол. наук, доцент

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_ 2027 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2027-2028 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_ \_\_\_\_ 2027 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А. кандидат психол. наук, доцент

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_ 2028 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2028-2029 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_ \_\_\_\_ 2028 г. № \_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А. кандидат психол. наук, доцент

Рабочая программа дисциплины Психология травмы

разработана в соответствии с ФГОС, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.08.2020 № 1137

Квалификация **психолог**

Форма обучения **очная**

**ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Общая трудоемкость **5 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	180	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		экзамены (семестр) 9
контактная работа	54	
самостоятельная работа	90	
часов на контроль	36	

**Распределение часов дисциплины по семестрам (курсам)**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	9 (5.1)		Итого	
	18			
Неделя	18			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	16	16	16	16
Лабораторные	16		16	
Практические	16	32	16	32
Контроль самостоятельной работы	6	6	6	6
В том числе инт.	8		8	
Итого ауд.	48	48	48	48
Контактная работа	54	54	54	54
Сам. работа	90	40	90	40
Часы на контроль	36		36	
Итого	180	94	180	94

**1. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.1	<p>Понятие психической травмы. Понимание психической травмы в различных психотерапевтических подходах. Модель протекания психической травмы. Объективные и субъективные факторы экстремальной (травмирующей) ситуации. Типы травматических ситуаций (событий) и посттравматических стрессовых реакций. Стадии переживания психологической травмы. Этапы острого периода реакций на травмирующее событие. Этапы переживания длительного пребывания в травмирующей ситуации (на примере пребывания в концлагере, плену). Виды психических травм: шоковая, эмоциональная, травма развития и др. Факторы, влияющие на образование психической травмы. Понятие «травмированная» личность. Черты, роли «травмированной» личности. Стресс и травма, психофизиологические механизмы. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР): симптомы, типы, периоды протекания, факторы риска. Концепции, описывающие механизм формирования ПТСР. Диагностика ПТСР. Основные принципы работы с психологической травмой. Зависимость методов работы от этапа развития травмы и возраста пострадавших. Помощь в экстремальных ситуациях. Дефьюзинг. Дебрифинг. Классические школы психотерапии при работе с травмой. Зоны профессионального риска специалистов при работе с клиентами с травматическим опытом. Понятие вторичной травматизации. Психологическая помощь специалистам.</p>
-----	--

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Код дисциплины:	Б1.О.33
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Психологическое консультирование
2.1.2	Психология стресса и стрессоустойчивого поведения
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	
2.2.2	Психологическая экспертиза
2.2.3	Психологическое обеспечение служебной деятельности

**3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

<b>ОПК-10: Способен применять методы психологической поддержки и сопровождения сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц в ходе выполнения задач служебной деятельности, в том числе в экстремальных условиях</b>
<b>Знать:</b>
<b>Уметь:</b>
<b>Владеть:</b>

<b>ОПК-13: Способен осуществлять психологическую профилактику отклонений в личностном развитии сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, которые приводят к риску профессиональной деформации или асоциального поведения</b>
<b>Знать:</b>
<b>Уметь:</b>
<b>Владеть:</b>

<b>ОПК-14: Способен использовать адекватные развивающие и коррекционные программы, осуществлять психологическую интервенцию с целью изменения негативных состояний лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации, в том числе в состоянии психологической дезадаптации, с различными проявлениями девиаций, зависимостей, с суицидальными наклонностями</b>
<b>Знать:</b>
<b>Уметь:</b>
<b>Владеть:</b>

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	Раздел 1. Лекции						

1.1	Понятие психической травмы. Понимание психической травмы в различных психотерапевтических подходах. Модель протекания психической травмы. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
1.2	Объективные и субъективные факторы экстремальной (травмирующей) ситуации. Типы травматических ситуаций (событий) и посттравматических стрессовых реакций. Стадии переживания психологической травмы. Этапы острого периода реакций на травмирующее событие. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
1.3	Этапы переживания длительного пребывания в травмирующей ситуации (на примере пребывания в концлагере, плену). Виды психических травм: шоковая, эмоциональная, травма развития и др. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
1.4	Факторы, влияющие на образование психической травмы. Понятие «травмированная» личность. Черты, роли «травмированной» личности. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
1.5	Стресс и травма, психофизиологические механизмы. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР): симптомы, типы, периоды протекания, факторы риска. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
1.6	Концепции, описывающие механизм формирования ПТСР. Диагностика ПТСР. Основные принципы работы с психологической травмой. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
1.7	Зависимость методов работы от этапа развития травмы и возраста пострадавших. Помощь в экстремальных ситуациях. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
1.8	Дефюзинг. Дебрифинг. Классические школы психотерапии при работе с травмой. Зоны профессионального риска специалистов при работе с клиентами с травматическим опытом. Понятие вторичной травматизации. Психологическая помощь специалистам. /Лек/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
<b>Раздел 2. Практические работы</b>							
2.1	Посттравматическое стрессовое расстройство: модели и диагностика. Стресс, травматический стресс, ПТСР. Критерии ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.2	Индивидуальная уязвимость и психологические последствия травмы. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.3	Помощь пострадавшим в экстренных ситуациях. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	

2.4	Психотехнологии экстренной психологической помощи. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.5	Диссоциативные расстройства и ПТСР. Жертвы преступлений и насилия. Особенности ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.6	Диагностика ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.7	Оценка травматических переживаний детей. Методы диагностики. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.8	Психологическое консультирование и психотерапия при ПТСР. Общие подходы к психотерапии ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.9	Психотерапевтические методы при ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.10	Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз (ДПДГ). /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.11	Суицидальное поведение и ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.12	Когнитивно-поведенческая психотерапия и ПТСР. Методы и техники. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.13	Переживание утраты и ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.14	Вторичная травма и ПТСР. Преодоление тревоги. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.15	Другие психотерапевтические подходы и ПТСР. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
2.16	Травматический опыт детей. Особенности консультирования и психотерапии. /Пр/	9	2		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
<b>Раздел 3. Лабораторные работы</b>							
3.1	/Лек/	9	0			0	
3.2	/Лек/	9	0			0	
3.3	/Лек/	9	0			0	
3.4	/Лек/	9	0			0	
3.5	/Лек/	9	0			0	
3.6	/Лек/	9	0			0	
3.7	/Лек/	9	0			0	
3.8	/Лек/	9	0			0	
<b>Раздел 4. Самостоятельные работы</b>							

4.1	Подготовка к лекционным занятиям /Ср/	9	4		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
4.2	Работа с научной литературой /Ср/	9	10		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
4.3	Подготовка к практическим занятиям /Ср/	9	20		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	
4.4	Подготовка к экзамену /Ср/	9	6			0	
4.5	Подготовка к зачету /Экзамен/	9	0		Л1.1 Л1.2Л2.1Л3. 1 Э1 Э2	0	

## 5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Размещены в приложении

## 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### 6.1. Рекомендуемая литература

#### 6.1.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Харчевникова Е.В.	Психология стресса и стрессоустойчивого поведения: практикум	Хабаровск: Изд-во ДВГУПС, 2015,
Л1.2	Човдырова Г. С., Клименко Т. С.	Клиническая психология: общая часть	Москва: Юнити-Дана, 2015, <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=115311">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=115311</a>

#### 6.1.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Кулганов В. А., Белов В. Г., Парфенов Ю. А.	Прикладная клиническая психология	Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2012, <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=277334">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=277334</a>

#### 6.1.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1		Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства	Москва: Когито-Центр, 2005, <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=144942">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=144942</a>

#### 6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Э1	Работа психолога в кризисных службах: учебное пособие	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&amp;book_id=277347">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&amp;book_id=277347</a>
Э2	Психология посттравматического стресса. Теория и практика: монография Автор: Тарабрина Н. В.	<a href="https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&amp;book_id=87071">https://biblioclub.ru/index.php?page=book_view_red&amp;book_id=87071</a>

#### 6.3 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

##### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

Office Pro Plus 2007 - Пакет офисных программ, лиц.45525415
Windows XP - Операционная система, лиц. 46107380
Free Conference Call (свободная лицензия)

Zoom (свободная лицензия)
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>
Справочно-правовая система «Техэксперт/Кодекс» <a href="https://cntd.ru/">https://cntd.ru/</a>

<b>7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)</b>		
Аудитория	Назначение	Оснащение
3317	Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Читальный зал НТБ	Тематические плакаты, столы, стулья, стеллажи Компьютерная техника с возможностью подключения к сети Интернет, свободному доступу в ЭБС и ЭИОС.
3245	Учебная аудитория для проведения практических занятий, занятий семинарского типа.	Комплект учебной мебели, экран рулонный, доска, подвесной проектор, монитор, системный блок портреты. Office Pro Plus 2007 лиц. 45525415; Windows 7 лиц. 46107380
3228	Лекционная аудитория	комплект учебной мебели, доска. Технические средства обучения: мультимедийные средства (ПК, проектор мультимедийный, доска интерактивная, акустические колонки).

<b>8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>
<p>Подготовка к лекции мобилизует студента на творческую работу, главными в которой являются умения слушать, воспринимать, записывать. Лекция – это один из видов устной речи, когда студент должен воспринимать на слух излагаемый материал. Внимательно слушающий студент напряженно работает – анализирует излагаемый материал, выделяет главное, обобщает с ранее полученной информацией и кратко записывает. Записывание лекции – творческий процесс. Запись лекции крайне важна. Это позволяет надолго сохранить основные положения лекции; способствует поддержанию внимания; способствует лучшему запоминанию материала. Для эффективной работы с лекционным материалом необходимо зафиксировать название темы, план лекции и рекомендованную литературу. После этого приступить к записи содержания лекции. В оформлении конспекта лекции важным моментом является необходимость оставлять поля, которые потребуются для последующей работы над лекционным материалом. Завершающим этапом самостоятельной работы над лекцией является обработка, закрепление и углубление знаний по теме. Необходимо обращаться к лекциям неоднократно. Первый просмотр записей желательно сделать в тот же день, когда все свежо в памяти. Конспект нужно прочитать, заполнить пропуски, расшифровать некоторые сокращения. Затем надо ознакомиться с материалом темы по учебнику, внести нужные уточнения и дополнения в лекционный материал.</p> <p><b>Практические занятия</b> Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа: 1й – организационный; 2й - закрепление и углубление теоретических знаний. На первом этапе студент планирует свою самостоятельную работу, которая включает: - уяснение задания на самостоятельную работу; - подбор рекомендованной литературы; - составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки. Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе. Второй этап включает непосредственную подготовку студента к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная его часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического приложения рассматриваемых теоретических вопросов. В процессе этой работы студент должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале. Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретается практика в изложении и разъяснении полученных знаний, развивается речь. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения. В начале занятия студенты под руководством преподавателя более глубоко осмысливают теоретические положения по теме занятия, раскрывают и объясняют основные положения публичного выступления. В процессе творческого обсуждения и дискуссии вырабатываются умения и навыки использовать приобретенные знания для различного рода ораторской деятельности.</p> <p><b>Работа с литературой</b> Сбор материала и работа с книгой Основой самостоятельной работы студента является систематическое, целеустремленное и вдумчивое чтение. Самостоятельный поиск учебной и научной литературы по изучаемым дисциплинам служит</p>



показателем активности студента. Грамотная работа с книгой означает умение студента правильно оценить произведение, разобраться в его структуре, изучить и зафиксировать в удобной форме все, что представляется нужным и необходимым. Способы чтения книги бывают следующими: • сплошное чтение (подробное, без пропусков текста). Обычно так изучаются учебники, монографии, нормативные правовые акты; • ориентировочное чтение (беглый просмотр книги). Студент при таком чтении полагается на свою память, выписки из книг не делает; • выборочное чтение (сплошное чтение отдельной главы, параграфа книги). При выборочном чтении обычно отбираются научные цитаты. Цель и способ чтения книги определяются конкретной задачей, стоящей перед студентом. Рекомендации по работе студента над книгой: 1. Ознакомление с книгой начинается с изучения ее титульного листа, названия, автора, года и места издания, аннотации, оглавления, введения, послесловия. 2. Во введении (предисловии) разъясняются цели издания, его значение, содержится информация об авторах. Послесловие объясняет то, что может оказаться непонятным читателю. 3. Научные книги часто сопровождаются комментариями и примечаниями, на которые следует обращать пристальное внимание. 4. Просмотрев всю книгу целиком, следует записать краткое резюме источника, то есть краткую оценку прочитанного текста (в чем главная мысль раздела, главы книги, какие аргументы приведены в ее подтверждение, в чем их ценность и т.п.). 5. В ходе самостоятельного изучения научной и учебной литературы важно научиться конспектировать, составлять рабочие записи прочитанного. Такие записи удлиняют процесс проработки, изучения книги, но способствуют ее лучшему осмыслению и усвоению, выработке навыков кратко и точно излагать материал. Запись должна представлять собой самостоятельные ответы на вопросы программы изучаемой дисциплины. Самостоятельные записи, связанные с изучением литературы, могут быть сделаны в виде: плана (простого и развернутого), цитирования, тезисов, резюме, аннотации, конспекта. Простой план работы составляют при помощи оглавления (содержания) книги. Развернутый план содержит помимо указания основных вопросов краткое их содержание. Цитаты – это буквальные выписки из авторского текста (оформленные кавычками, с указанием полных данных об авторе, источнике опубликования, страницы). Тезисы – основные положения работы, которые сопровождаются объяснениями, доказательствами. Аннотация – это очень краткое изложение, обобщение содержания произведения (краткая характеристика книги, статьи). Резюме – краткая оценка прочитанного источника, главные выводы, итоги. Наиболее надежный способ глубоко усвоить работу – составить конспект. Конспекты позволяют восстановить в памяти ранее прочитанное без дополнительного обращения к самой книге. Конспект (с лат. – обзор, очерк) – это краткое изложение своими словами содержания книги. Он включает запись основных положений и выводов автора, доказательств, примеров, основных аргументов, сути полемики автора с оппонентами с сохранением последовательности изложения материала. При составлении конспектов следует пользоваться различными приемами выделения отдельных частей текста, ключевых выражений, терминов, основных понятий (выделение абзацев, подчеркивание, написание жирным шрифтом, курсивом, использование цветных чернил и т.п.). При изучении специальной литературы особое внимание следует обращать на новые термины, понятия. Понимание сущности и значения терминов, понятий способствует формированию способности логического мышления, приучает мыслить абстракциями, что важно при усвоении юридических дисциплин. В самостоятельной работе над книгой при изучении учебных дисциплин рекомендуется активно использовать универсальные и отраслевые энциклопедии, словари, иную справочную литературу. В учебных программах, планах семинарских занятий, в рекомендациях по написанию письменных работ вся рекомендуемая литература подразделяется на основную и дополнительную. К основной литературе относятся источники, необходимые для полного и твердого усвоения учебного материала (учебники и учебные пособия). Дополнительная литература рекомендуется для более углубленного изучения программного материала, расширения кругозора студента. Работая с книгой, студент должен научиться: • самостоятельно размышлять об изучаемых предметах; • анализировать приводимые авторами книги доказательства.

#### Консультация

Цель консультации – получение студентом ответов на вопросы, возникшие в ходе лекционных и семинарских занятий, при подготовке к зачетам и экзаменам, при написании письменных работ, при самостоятельном изучении учебного, научного, нормативного материала.

Подготовка студента к консультации: • при изучении учебного и нормативного материала следует записывать вопросы, которые остались непонятными; • необходимо четко сформулировать вопросы, чтобы впоследствии задать их преподавателю.

#### Подготовка к зачёту

К зачету необходимо готовиться целенаправленно, регулярно, систематически и с первых дней обучения по данной дисциплине.

В самом начале учебного курса познакомьтесь со следующей учебно-методической документацией: программой дисциплины;  перечнем знаний и умений, которыми студент должен владеть;  тематическими планами лекций, семинарских занятий;  контрольными мероприятиями;  учебником, учебными пособиями по дисциплине, а также  электронными ресурсами; перечнем экзаменационных вопросов.

При подготовке к зачету важно правильно и рационально распланировать свое время, чтобы успеть на качественно высоком уровне подготовиться к ответам по всем вопросам. Во время подготовки к зачету студенты также систематизируют знания, которые они приобрели при изучении основных тем курса в течение семестра. Это позволяет им уяснить логическую структуру дисциплины, объединить отдельные темы в единую систему, увидеть перспективы ее развития. Самостоятельная работа по подготовке к зачету во время сессии должна планироваться студентом, исходя из общего объема вопросов, вынесенных на зачет, так, чтобы за предоставленный для подготовки срок он смог равномерно распределить приблизительно равное количество вопросов для ежедневного изучения (повторения). Важно, чтобы один последний день (либо часть его) был выделен для дополнительного повторения всего объема вопросов в целом. Это позволяет студенту самостоятельно перепроверить усвоение материала.

Зачет проводится устно или письменно по решению преподавателя. По решению преподавателя зачет может быть выставлен без опроса – по результатам работы обучающегося на лекционных и(или) практических занятиях.

Подготовка обучающегося к зачету включает в себя три этапа:

- \* самостоятельная работа в течение процесса обучения;
- \* непосредственная подготовка в дни, предшествующие зачету по темам курса;
- \* подготовка к ответу на вопросы, содержащиеся в билетах/тестах (при письменной форме проведения зачета).

#### Дистанционно-образовательные технологии

Под дистанционными образовательными технологиями понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Для использования дистанционных образовательных технологий необходимо предоставить каждому обучающемуся и педагогическому работнику свободный доступ к средствам информационных и коммуникационных технологий. Рабочее место педагогического работника и обучающегося должно быть оборудовано персональным компьютером и компьютерной периферией (веб-камерой, микрофоном, аудиоколонками и (или) наушниками).

Обучение с использованием дистанционных образовательных технологий не предъявляет высоких требований к компьютерному оборудованию, однако необходимым минимальным условием является наличие интернет-браузера и подключения к сети Интернет. На компьютере также должен быть установлен комплект соответствующего программного обеспечения. Для работы с использованием аудиоканала, в том числе аудиоконференций, вебинаров необходимо наличие микрофона и динамиков (наушников). При использовании видеоконференций дополнительно необходимо наличие веб-камеры, если нет встроенной.

Формы проведения виртуальных уроков весьма разнообразны, это и: лекция (в режиме реального времени, с элементами контроля, с элементами видео, с элементами аудио); изучение ресурсов (интернет-ресурсов, на электронных носителях, на бумажных носителях, текстовых, текстовых с включением иллюстраций, с включением видео, с включением аудио, с включением анимации); самостоятельная работа по сценарию (поисковая, исследовательская, творческая, др.); конференция в чате; конференция в форуме; коллективная проектная работа; индивидуальная проектная работа; тренировочные упражнения; тренинг с использованием специальных обучающих систем; контрольная работа (тестирование, ответы на контрольные вопросы); консультация. Варьируя комбинации, сетевой педагог может создавать уроки самых разных типов - в зависимости от возраста обучающихся, от степени их активности и самостоятельности, от специфики предмета и др.

Контроль знаний в ДО может выполняться в режимах онлайн и офлайн. Реализация дистанционного курса должна сопровождаться и заканчиваться контролем успеваемости обучающихся с помощью различных средств ИКТ: электронной почты, телеконференций как асинхронных (форум, списки рассылки), так и синхронных (чаты в ватсапе, видеоконференции), взаимоконтроля внутри учебной группы, самоконтроля.

Инструменты для трансляции интерактивных лекций, консультаций:

<https://zoom.us> Zoom.us — сервис для организации видеоконференций. В бесплатной версии обеспечивает следующие основные возможности: • проведение видеоконференций с максимальной длительностью до 40 минут • видеосвязь максимум с 50-ю участниками • запись видеоконференций • демонстрация рабочего стола, презентаций или других элементов во время видеоконференции • общение в чате.

В целях доступности получения образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья в ДВГУПС обеспечивается:

- представление для слабовидящих в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий, консультаций и экзаменов (ответственные структурные подразделения);
- присутствие ассистента (помощника), оказывающего обучающемуся необходимую техническую помощь (ответственные учебные структурные подразделения);
- обеспечения выпуска альтернативных форматов учебно-методических материалов (крупный шрифт), в том числе в электронном виде (ответственные издательство совместно с кафедрами, ведущими подготовку);
- обеспечение для обучающихся, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, возможностей доступа в учебные помещения, столовые, туалетные и другие помещения ДВГУПС (ответственное эксплуатационное управление);
- правовое консультирование обучающихся (ответственное юридическое управление).

Для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья срок получения образования при обучении по индивидуальному учебному плану вне зависимости от формы обучения может быть увеличен в пределах, установленных образовательным стандартом, на основании письменного заявления обучающегося.

Социализация лиц с ограниченными возможностями здоровья. В штате ДВГУПС имеется Психологический центр, осуществляющий мероприятия по социальной и психологической адаптации лиц с ограниченными возможностями здоровья: диагностику, психологическое консультирование, коррекцию и адаптацию.

## Оценочные материалы при формировании рабочих программ дисциплин (модулей)

Специальность 37.05.02 Психология служебной деятельности

Специализация: Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности

Дисциплина: Психология травмы

Формируемые компетенции:

1. Описание показателей, критериев и шкал оценивания компетенций.

Показатели и критерии оценивания компетенций

Объект оценки	Уровни сформированности компетенций	Критерий оценивания результатов обучения
Обучающийся	Низкий уровень Пороговый уровень Повышенный уровень Высокий уровень	Уровень результатов обучения не ниже порогового

Шкалы оценивания компетенций при сдаче экзамена или зачета с оценкой

Достигнутый уровень результата обучения	Характеристика уровня сформированности компетенций	Шкала оценивания
		Экзамен или зачет с оценкой
Низкий уровень	Обучающийся: -обнаружил пробелы в знаниях основного учебно-программного материала; -допустил принципиальные ошибки в выполнении заданий, предусмотренных программой; -не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании программы без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине.	Неудовлетворительно
Пороговый уровень	Обучающийся: -обнаружил знание основного учебно-программного материала в объёме, необходимом для дальнейшей учебной и предстоящей профессиональной деятельности; -справляется с выполнением заданий, предусмотренных программой; -знаком с основной литературой, рекомендованной рабочей программой дисциплины; -допустил неточности в ответе на вопросы и при выполнении заданий по учебно-программному материалу, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя.	Удовлетворительно
Повышенный уровень	Обучающийся: - обнаружил полное знание учебно-программного материала; -успешно выполнил задания, предусмотренные программой; -усвоил основную литературу, рекомендованную рабочей программой дисциплины; -показал систематический характер знаний учебно-программного материала; -способен к самостоятельному пополнению знаний по учебно-программному материалу и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности.	Хорошо

Высокий уровень	Обучающийся: -обнаружил всесторонние, систематические и глубокие знания учебно-программного материала; -умеет свободно выполнять задания, предусмотренные программой; -ознакомился с дополнительной литературой; -усвоил взаимосвязь основных понятий дисциплин и их значение для приобретения профессии; -проявил творческие способности в понимании учебно-программного материала.	Отлично
-----------------	---	---------

Описание шкал оценивания

Компетенции обучающегося оценивается следующим образом:

Планируемый уровень результатов освоения	Содержание шкалы оценивания достигнутого уровня результата обучения			
	Неудовлетворительн	Удовлетворительно	Хорошо	Отлично
	Не зачтено	Зачтено	Зачтено	Зачтено
Знать	Неспособность обучающегося самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.	Обучающийся способен самостоятельно продемонстрировать наличие знаний при решении заданий, которые были представлены преподавателем вместе с образцом их решения.	Обучающийся демонстрирует способность к самостоятельному применению знаний при решении заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной	Обучающийся демонстрирует способность к самостоятельно-му применению знаний в выборе способа решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке в части междисциплинарных
Уметь	Отсутствие у обучающегося самостоятельности в применении умений по использованию методов освоения учебной дисциплины.	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении умений решения учебных заданий в полном соответствии с образцом, данным преподавателем.	Обучающийся продемонстрирует самостоятельное применение умений решения заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение умений решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке преподавателя в части междисциплинарных связей.
Владеть	Неспособность самостоятельно проявить навык решения поставленной задачи по стандартному образцу повторно.	Обучающийся демонстрирует самостоятельность в применении навыка по заданиям, решение которых было показано преподавателем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение навыка решения заданий, аналогичных тем, которые представлял преподаватель, и при его консультативной поддержке в части современных проблем.	Обучающийся демонстрирует самостоятельное применение навыка решения неизвестных или нестандартных заданий и при консультативной поддержке преподавателя в части междисциплинарных связей.

**2. Перечень вопросов и задач к экзаменам, зачетам, курсовому проектированию, лабораторным занятиям. Образец экзаменационного билета**

1. Основные исторические вехи формирования взглядов о феномене посттравматического стресса.
2. Сопоставительный анализ признаков ПТСР в классификаторах МКБ-10 ВОЗ и DSM-IV.
3. Распространенность ПТСР.
4. Психические функции и поведенческие проявления у лиц с ПТСР.
5. Значение травматической ситуации в формировании посттравматического стрессового расстройства.
6. Типы травматических ситуаций.
7. Когнитивные концепции стресса и страха как первые попытки изучения посттравматического стресса в рамках когнитивной психологии.
8. Место психосоциальных факторов в формировании посттравматического стрессового расстройства.
9. Нарушение жизненной перспективы как результат психотравматизации.
10. Преморбидные особенности, влияющие на течение ПТСР.
11. Группа симптомов вторжения при ПТСР.
12. Группа симптомов избегания при ПТСР.
13. Осложнённые формы ПТСР
14. Характеристики посттравматического стресса, обусловленного участием в боевых действиях.
15. Психологические характеристики ПТСР участников вооруженных конфликтов.
16. Психофизиологические характеристики ПТСР участников вооруженных конфликтов.
17. Влияние последствий катастроф на возникновения посттравматического стресса.
18. Психологические последствия переживания стресса, вызванного последствием террористического акта.
19. Взаимосвязь суицидального поведения и ПТСР.
20. Анализ результатов исследований ПТСР участников войны во Вьетнаме.
21. Анализ результатов исследований ПТСР у жертв преступлений.
22. Анализ результатов исследований ПТСР у жертв сексуального насилия.
23. Особенности проявления ПТСР у детей.
24. ПТСР у детей, обусловленное стихийными бедствиями и катастрофами.
25. ПТСР у детей, связанное с военными действиями.
26. ПТСР у детей вследствие смерти близкого человека.
27. Психологические последствия насилия у детей.
28. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства у детей.

### **3. Тестовые задания. Оценка по результатам тестирования.**

1. Принципы психотерапевтической работы при посттравматическом стрессовом расстройстве.
2. Основные направления помощи лицам с ПТСР.
3. Цели и задачи психотерапии пациентов с ПТСР.
4. Особенности психотерапии посттравматического стрессового расстройства.
5. Барьеры и затруднения, возникающие в психотерапевтическом процессе, обусловленные личностными и социально-психологическими особенностями пациентов с ПТСР.
6. Этапы проведения психотерапевтической работы.
7. Поведенческие стратегии психотерапевтов при работе с лицами с ПТСР.
8. Когнитивно-поведенческая психотерапия посттравматического стрессового расстройства.
9. Консультирование детей, переживших эмоциональное насилие
10. Консультирование детей, переживших психологическое насилие
11. Консультирование детей, переживших физическое насилие
12. Консультирование детей, переживших сексуальное насилие
13. Консультирование детей, переживших насилие в школе
14. Групповая психотерапия с детьми
15. Техника вскрывающих интервенций как метод оказания помощи.
16. Техника десенсибилизации и переработки травмирующих переживаний посредством движений глаз.
17. Тренинг преодоления тревоги.
18. Психодинамическая психотерапия ПТСР.
19. Семейная психотерапия и ПТСР
20. Нейролингвистическое программирование и ПТСР
21. Психоанализ и ПТСР
22. Консультирование и психотерапия участников военных действий
23. Тренинг по психофизиологической и социальной реабилитации участников боевых действий
24. Консультирование жертв домашнего насилия

25. Консультирование жертв сексуального насилия
26. Общение с родителями, чьи дети пережили различные виды насилия
27. Психологические последствия насилия у детей.
28. ПТСР у детей, обусловленные стихийными бедствиями и катастрофами, смертью близкого человека, военными действиями.

Полный комплект тестовых заданий в корпоративной тестовой оболочке АСТ размещен на сервере УИТ ДВГУПС, а также на сайте Университета в разделе СДО ДВГУПС (образовательная среда в личном кабинете преподавателя).

Соответствие между бальной системой и системой оценивания по результатам тестирования устанавливается посредством следующей таблицы:

Объект оценки	Показатели оценивания результатов обучения	Оценка	Уровень результатов обучения
Обучающийся	60 баллов и менее	«Неудовлетворительно»	Низкий уровень
	74 – 61 баллов	«Удовлетворительно»	Пороговый уровень
	84 – 75 баллов	«Хорошо»	Повышенный уровень
	100 – 85 баллов	«Отлично»	Высокий уровень

#### 4. Оценка ответа обучающегося на вопросы, задачу (задание) экзаменационного билета, зачета, курсового проектирования.

Оценка ответа обучающегося на вопросы, задачу (задание) экзаменационного билета, зачета

Элементы оценивания	Содержание шкалы оценивания			
	Неудовлетворительн	Удовлетворитель	Хорошо	Отлично
	Не зачтено	Зачтено	Зачтено	Зачтено
Соответствие ответов формулировкам вопросов (заданий)	Полное несоответствие по всем вопросам.	Значительные погрешности.	Незначительные погрешности.	Полное соответствие.
Структура, последовательность и логика ответа. Умение четко, понятно, грамотно и свободно излагать свои мысли	Полное несоответствие критерию.	Значительное несоответствие критерию.	Незначительное несоответствие критерию.	Соответствие критерию при ответе на все вопросы.
Знание нормативных, правовых документов и специальной литературы	Полное незнание нормативной и правовой базы и специальной литературы	Имеют место существенные упущения (незнание большей части из документов и специальной литературы по названию, содержанию и т.д.).	Имеют место несущественные упущения и незнание отдельных (единичных) работ из числа обязательной литературы.	Полное соответствие данному критерию ответов на все вопросы.
Умение увязывать теорию с практикой, в том числе в области профессиональной работы	Умение связать теорию с практикой работы не проявляется.	Умение связать вопросы теории и практики проявляется редко.	Умение связать вопросы теории и практики в основном проявляется.	Полное соответствие данному критерию. Способность интегрировать знания и привлекать сведения из различных научных сфер.

Качество ответов на дополнительные вопросы	На все дополнительные вопросы преподавателя даны неверные ответы.	Ответы на большую часть дополнительных вопросов преподавателя даны неверно.	. Даны неполные ответы на дополнительные вопросы преподавателя. 2. Дан один неверный ответ на дополнительные вопросы преподавателя.	Даны верные ответы на все дополнительные вопросы преподавателя.
--	---	---	--	---

Примечание: итоговая оценка формируется как средняя арифметическая результатов элементов оценивания.