Негосударственное образовательное учреждение высшего образования
«Московский социально-педагогический институт»
Факультет коррекционной педагогики и специальной психологии

Утверждена
на заседании учебно-методического совета
НОУ ВО «МСПИ»
«25» сентября 2026 г. протокол № 3

Рабочая программа дисциплины

20. «Психологическая реабилитация лиц с посттравматическим стрессовым расстройством»

Дополнительная профессиональная образовательная программа
(программа профессиональной переподготовки)

«Клиническая психология»

Форма обучения
Очно-заочная

Москва – 2026

АКТУАЛЬНОСТЬ И ОСНОВАНИЕ РАЗРАБОТКИ ПРОГРАММЫ

1. Целевая аудитория, цели и задачи дисциплины

Категория слушателей – лица, имеющие высшее психологическое образование, высшее медицинское образование, специалисты в сфере социальных проблем, специалисты учреждений здравоохранения.

ЦЕЛЬ ДПП ПК

Основной целью обучения по программе повышения квалификации является ознакомление слушателей с основами психологии стресса и посттравматического стрессового расстройства, включая различные теоретические подходы и практические аспекты коррекции и реабилитации лиц с ПТСР (посттравматическое стрессовое расстройство).

Основные задачи обучения:

- Раскрыть понятие травматического стресса, острого стрессового расстройства и посттравматического стрессового расстройства;
- Охарактеризовать психобиологические предпосылки ПТСР;
- Раскрыть понятие стресс, травматический стресс, острое стрессовое расстройство, определить содержание реабилитации при них;
- Дать стратегию и тактику работы с разными типами нарушений при психической травме после травматического стресса;
- Ознакомить с психосоциальными технологиями, применяемыми при работе с родственниками пациентов с ПТСР**.**

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине:

В результате освоения программы у слушателей должны быть сформированы компетенции.

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

общепрофессиональных (ОПК):

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

профессиональных (ПК):

ПК-2. способностью анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе;

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Иметь представление:

- о предпосылках развития посттравматического стрессового расстройства;
- о последствиях травматического стресса;

Знать:

- факторы риска формирования психической травмы при травматическом стрессе;
- современные подходы, модели и типологии травматического стресса и ПТСР.

Уметь:

- диагностировать ПТСР;
- оказывать психологическую помощь пациентам с ПРСР и острым стрессовым расстройством.

Владеть:

- основными понятиями, относящимися к изучаемой сфере;
- приемами реабилитации при ПТСР;

3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «**Травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. Методы работы с ПТСР**» изучается в рамках дополнительного психологического образования.

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ.

Объем дисциплины в академических часах составляет – 36 ч.
Количество академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем – 20 ч,
в том числе на:
лекции –10 ч ,
практические занятия (семинары) –10 ч,
количество академических часов, выделенных на самостоятельную работу обучающихся –12 ч,
количество академических часов, выделенных на контроль – 4 ч.

Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС)	**Индикаторы достижения компетенций**	**Планируемые результаты обучения по дисциплине**
ОПК-5. Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы	**ОПК 5.1.** - Пути достижения образовательных результатов и способы оценки результатов	**Знать:** - знает методологические основы психотерапии; - основные направления и формы психотерапии;

вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций	обучения **ОПК 5.2.** - Систематический анализ эффективности учебных занятий и подходов к обучению - Объективно оценивать знания обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей **ОПК 5.3.** Организация, осуществление контроля и оценки учебных достижений, текущих и итоговых результатов освоения основной образовательной программы обучающимися - Объективная оценка знаний обучающихся на основе тестирования и других методов контроля в соответствии с реальными учебными возможностями детей	- факторы, влияющие на эффективность психотерапии. **Уметь:** - умеет разрабатывать программы психотерапевтической помощи клиентам (пациентам); - оценивать эффективность проводимой психотерапии. **Владеть:** - владеет навыками формулирования задач психотерапевтической помощи клиенту (пациенту).
ПК-2. способностью анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе	ИПК-2.1. Использует знания теоретических направлений и методов современной психотерапии, специфики и направленности психотерапии при различных заболеваниях и трудностях адаптации. ИПК-2.2. Разрабатывает, обосновывает и реализует программы психотерапии в соответствии с потребностями и целями пациента (клиента). ИПК-2.3. Устанавливает терапевтический альянс, применяет приёмы и техники современных направлений психотерапии.	**На уровне знаний*:*** - знает теоретические направления и методы современной психотерапии, специфику и направленность психотерапии при различных заболеваниях и трудностях адаптации. **На уровне умений:** - умеет разрабатывать, обосновывать и реализовывать программы психотерапии в соответствии с потребностями и целями пациента (клиента). **На уровне навыков:** -владеет навыками установления терапевтического альянса, применения приёмов и техник современных направлений психотерапии.

5. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов занятий

5.1 Учебно-тематическое планирование дисциплины

Наименование раздела	Всего	В том числе (часы)		Контроль
	(часов)	Лекции	Практические занятия	СР
Тема 1. Психология стресса. Травматический стресс и ПТСР.	11	4	3	4
Тема 2. Методы диагностики при травматическом стресс и ПТСР.	10	3	3	4
Тема 3. Психологическая помощь при острой стрессовой реакции и ПТСР.	11	3	4	4
Итоговая аттестация (Экзамен)	4			
Итого:	**36**	10	10	12

5.2 Содержание по темам (разделам) дисциплины

№ п/п	**Наименование темы дисциплины**	**Содержание темы**
1.	Тема 1. Психология стресса. Травматический стресс и ПТСР.	Определение и соотношение понятий «стресс», «эустресс», «дистресс», «психологический стресс», «травматический стресс». История изучения и современные представления о стрессе, кривая развития стрессовой ситуации. Общий адаптационный синдром, теория Кэнона. Понятие о стрессоустойчивости. Природа возникновения стресса, физиологические и психологические проявления. Механизмы стресса. Психологический стресс, факторы, влияющие на развитие психологического стресса. Виды реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса. Психическая травма: основные концепции. Типы травматических стрессоров. Травматический опыт. Боевой стресс. Симптомы острого стресса.

		Посттравматическое стрессовое расстройство, симптомы, этиология. Теоретические модели ПТСР. Диагностические критерии ПТСР, установленные в DSM IV и МКБ-10. Формы ПТСР.
		Практические занятия: разбор ситуационных задач по теме.
2.	Тема 2. Методы диагностики при травматическом стресс и ПТСР.	Диагностика ПТСР: шкалы, опросники и другие оценочные инструменты оценки состояния пациента с ПТСР. Клинико-психологическое исследование, скрининговые методы диагностики ПТСР, структурированное клиническое диагностическое интервью, миссисипская шкала посттравматического стрессового расстройства, опросник для оценки терапевтической динамики ПТСР, методы диагностики эмоционального состояния. **Практические занятия:** проведение диагностики ПТСР.
3.	Тема 3. Психологическая помощь при острой стрессовой реакции и ПТСР.	Психотерапия при ПТСР и травматическом стрессе. Направления реабилитации ПТСР, этапы профессиональной помощи. Методы самопомощи. Правила оказания неотложной психологической помощи пострадавшим, самопомощь при острых стрессовых реакциях. Этапы оказания экстренной психологической помощи. Методы экстренной психологической помощи. Работа с родственниками пациентов с ПТСР. Фокусированная на травму когнитивно-поведенческая терапия, терапия готовности к стрессу. **Практическое занятие**: психологические приемы и техники работы с психической травмой. ПТСР и острым стрессовым расстройством.

6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Основная литература:

1. Шойгу Ю. С. Психология экстремальных ситуаций: учебник для вузов. Питер. 2018.

Дополнительная литература:

1. Китаев-Смык Л. А. Сознание и стресс. Творчество. Совладание. Выгорание. Невроз: монография, Смысл. 2015.
2. Тарабрина Н.В., Психология посттравматического стресса: Теория и практика [Электронный ресурс] / Тарабрина Н.В. - М.: Институт психологии РАН, 2009. - 304 с. - ISBN 978-5-9270-0143-9 - Режим доступа: http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785927001439.html

7.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы и количества академических часов для проведения занятий практического типа по темам (разделам)

№ п/п	Контролируемые темы (разделы) дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства для проведения занятий, академ. ч
			Очно-заочная
1	Тема 1. Психология стресса. Травматический стресс и ПТСР.	ОПК-5 ПК-2	Собеседование
2	Тема 2. Методы диагностики при травматическом стресс и ПТСР.	ОПК-5 ПК-2	Собеседование
3	Тема 3. Психологическая помощь при острой стрессовой реакции и ПТСР.	ОПК-5 ПК-2	Собеседование
Вид итоговой аттестации			**Эзамен**

7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

№ п/п	**Наименование формы проведения промежуточной аттестации**	**Описание показателей оценочного средства**	**Представление оценочного средства в фонде**	**Критерии и описание шкал оценивания** ***(шкалы: 0–100%, четырехбалльная, тахометрическая)***
	Наименование формы			**Критерии и описание шкал**

№ п/п	проведения промежуточной аттестации	Описание показателей оценочного средства	Представление оценочного средства в фонде	оценивания *(шкалы: 0–100%, четырехбалльная, тахометрическая)*
1	*Экзамен*	Ответы на вопросы (аттестационное испытание итоговой аттестации, проводимое устно) Экзамен проводится в форме собеседования с экзаменуемым и оценивает знания, полученные обучаемым	Экзаменационные вопросы - 4 вопроса в каждом билете	*Приведены в п.7.3.4.*

7.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования знаний, умений, навыков и опыта деятельности

Примеры тестов для контроля знаний.

7.3.2. Список вопросов для контроля знаний.

1. Целесообразно ли разделение стресса на эмоциональный (психический) и физиологический (системный)?

2. Вспомните два случая из своей жизни: один — когда стресс вам помогал в вашей жизненной ситуации, второй — когда состояние стресса негативно сказывалось на данной ситуации. В первом случае рассмотрите, в чем состояло положительное влияние стресса, а во втором — на чем именно стресс сказывался отрицательно. В чем для вас состояла разница в переживании этих двух стрессовых ситуаций?

3. Назовите этапы переживания травматической ситуации. Приведите примеры, в которых бы говорилось о каждой из фаз переживания.

4. Как в рамках профилактики негативных последствий стресса можно искусственно повысить активность парасимпатического отдела

5. Сотравматизация, как вы понимаете термин «сотравматизация»? Каковы причины сотравматизации? В чем она выражается у членов семьи травмированного?

6. Профилактика ПТСР. Оказание психологической помощи пострадавшим при чрезвычайных ситуациях.

7. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при агрессии и при двигательном возбуждении.
8. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при страхе.
9. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при тревоге.
10. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при истерике.
11. В какой период времени послестрессового воздействия может быть оказана экстренная психологическая помощь?

7.3.3. ПЕРЕЧЕНЬ ВОПРОСОВ ДЛЯ ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

1. Общий адаптационный синдром, концепция стресса Г.Селье. Стадии общего адаптационного синдрома.
2. Стресс. Определение. Механизмы действия стресса в разные возрастные периоды.
3. Стресс. Особенности функционального состояния организма при действии стрессора. Роль жизненного опыта.
4. Стресс. Развертывание стресс-реакции во времени.
5. Понятие о стрессоустойчивости.
6. Острое стрессовое расстройство и травматический стресс: определение, критерии диагностики.
7. Социальный стресс. Определение, причины.
8. Информационный стресс: определение, факторы усиливающие, ослабляющие стресс.
9. Гормоны стресса 1 уровня. Определение, их действие при стрессе.
10. Физиология стресса. Роль симпато-адреналовой системы. Гормоны стресса первого и второго уровня.
11. Физиология стресса. Гормоны нейрогипофиза, их роль при стрессе.
12. Физиология стресса. Гормоны аденогипофиза, их роль при стрессе.
13. Гипоталамо-гипофизарно-адреналовая система, ее роль в развертывании стресс-реакции.
14. Психология стресса. Факторы, влияющие на развитие психологического стресса, индивидуальные и личностные особенности человека, влияющие на возникновение и развитие стресса, позитивное и негативное влияние стресса на человека.
15. Стресс. Стресс как неспецифическая реакция. Концепция стресса Г.Селье.
16. Стресс. Концепция У. Кеннона и симпато-адреналовая система.
17. Психологический стресс, факторы, влияющие на развитие психологического

стресса. Виды реакций человека на стресс.

18. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.
19. Механизмы действия стресса в пренатальном периоде.
20. Механизмы действия стресса в детском возрасте. Симптомы детского стресса.
21. Механизмы действия стресса в подростковом возрасте.
22. Механизмы действия стресса во взрослом возрасте.
23. Механизмы действия стресса в пожилом возрасте.
24. Острое стрессовое расстройство: определение, виды реакций на интенсивный стресс, основные правила оказания экстренной психологической помощи.
25. Травматический стресс. Травматический опыт. Характеристики травмы. Фазы психологической реакции на травму.
26. Посттравматическое стрессовое расстройство. Определение, диагностические критерии ПТСР по МКБ-10.
27. Посттравматическое стрессовое расстройство: теории возникновения ПТСР (т. Патологических ассоциативных эмоциональных сетей, мультифакторная концепция А.Мэркера,).
28. Посттравматическое стрессовое расстройство: теории возникновения ПТСР (теория тотального стрессора, психоаналитические теории).
29. ПТСС. Психологические механизмы формирования ПТСР. Факторы риска.
30. Особенности психологической диагностики ПТСР. Методы психодиагностики ПТСР.
31. Методы психологической помощи при ПТСР.
32. Экстренная психологическая помощь. Этапы. Особенности работы с большим скоплением людей.
33. Экстренная психологическая помощь при треморе и страхе.
34. Экстренная психологическая помощь, определение. Помощь при плаче и при апатии.
35. Этапы оказания экстренной психологической помощи при ЧС. Основные задачи, решаемые психологом на каждом этапе.
36. Экстренная психологическая помощь, определение. Помощь при истерике и ступоре.
37. Экстренная психологическая помощь при двигательном возбуждении, при агрессии.
38. Правила оказания неотложной психологической помощи пострадавшим, основные задачи.
39. Психологическая помощь при кризисных состояниях.
40. Приемы саморегуляции при стрессе.

7.3.4. Критерии оценки ответов на экзамене.

Характеристика ответа на экзамене (1 вопрос)	Баллы	Оценка
Обучающийся демонстрирует системность и глубину знаний, в том числе полученных при изучении основной и дополнительной литературы; точно и полно использует научную терминологию, умеет объяснить происхождение термина, дать исчерпывающее определение; использует в своём ответе знания, полученные при изучении курса. Безупречно владеет тезаурусом дисциплины; дает исчерпывающие ответы, стилистически грамотно, логически правильно излагает свою мысль.	10 баллов	5+
Обучающийся демонстрирует системность и глубину знаний в объеме учебной программы; владеет необходимой для ответа терминологией; могут быть допущены недочёты в определении понятий, исправленные слушателем самостоятельно в процессе ответа; логически правильно строит ответ на вопросы, умеет грамотно анализировать, делает обоснованные выводы.	9-8 баллов	5 и 5−
Обучающийся демонстрирует достаточные, но несколько поверхностные знания в рамках учебной программы, ответ логически правильно построен, однако в нём допущены некоторые огрехи и неточности, которые легко исправляются самим слушателем; владеет необходимой терминологией; анализирует факты, допуская ряд незначительных ошибок; при наводящих вопросах в достаточной степени раскрывает вопросы билета.	7-6 баллов	4 и 4−
Обучающийся демонстрирует неполные, неглубокие, поверхностные знания по заданным вопросам в рамках учебной программы; слабо владеет тезаурусом дисциплины, усвоил только часть научной терминологии, допускает существенные ошибки в раскрытии понятия; в большинстве случаев дает неточные ответы, не умеет анализировать материал; показывает слабое понимание существующих закономерностей, отсутствуют выводы; но при наводящих вопросах исправляет ошибки.	5-4 баллов	3 и 3−
Обучающийся демонстрирует крайне фрагментарные знания в рамках учебной программы; не осознает связь данного понятия (теории, явления) с другими объектами дисциплины; не владеет минимально необходимой терминологией; дает отрывочные непоследовательные ответы, допускает грубые логические ошибки, отвечая на вопросы преподавателя, которые не может самостоятельно исправить.	3-1 баллов	2
Обучающийся демонстрирует отсутствие знаний; не ответил или отказался отвечать на вопросы билета.	0 баллов	1

Дополнительная литература:

1. Китаев-Смык Л. А. Сознание и стресс. Творчество. Совладание. Выгорание. Невроз: монография, Смысл. 2015.
2. Тарабрина Н.В., Психология посттравматического стресса: Теория и практика [Электронный ресурс] / Тарабрина Н.В. - М.: Институт психологии РАН, 2009. - 304 с. - ISBN 978-5-9270-0143-9 - Режим доступа: http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785927001439.html

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети Интернет, необходимых для освоения дисциплины

Ресурсы Института научной информации по общественным наукам Российской академии наук (ИНИОН РАН)

URL: http://elibrary.ru/

Университетская информационная система Россия

URL: http://www.cir.ru/index.jsp

10. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

10.1. Характеристика особенностей технологий обучения в Университете

В ФГБОУ ВО ПСПбГМУ им. И.П. Павлова освоение образовательных программ проводится с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий. Для этого создана и функционирует электронная информационно-образовательная среда (ЭИОС), включающая в себя электронные информационные ресурсы, электронные образовательные ресурсы. ЭИОС обеспечивает освоение обучающимися образовательных программ в полном объеме независимо от места нахождения обучающихся. Есть электронные библиотеки, обеспечивающие доступ к профессиональным базам данных, информационным, справочным и поисковым система, а также иным информационным ресурсам.

10.2 Особенности работы обучающегося по освоению дисциплины.

Обучающиеся при изучении учебной дисциплины используют образовательный контент, а также методические указания по проведению определенных видов занятий, рекомендации и пособия по данной дисциплине по работе с ним, разработанные профессорско-преподавательским составом (ППС) кафедры.

Успешное усвоение учебной дисциплины «**Травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. Методы работы с ПТСР**» предполагает

активное, творческое участие обучающегося на всех этапах ее освоения путем планомерной работы. Обучающийся должен активно участвовать в выполнении видов практических работ, определенных для данной дисциплины. Проводимые на практических занятиях различные задания дают возможность непосредственно понять алгоритм применения теоретических знаний, излагаемых на лекциях и в учебниках. В этой связи при проработке лекционного материала обучающиеся должны иметь в виду, что в лекциях раскрываются наиболее значимые вопросы учебного материала. Остальные вопросы осваиваются обучающимися в ходе других видов занятий и самостоятельной работы над учебным материалом.

Следует иметь в виду, что все разделы и темы дисциплины «**Травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. Методы работы с ПТСР**» представлены в дидактически проработанной последовательности, что предусматривает логическую стройность курса и продуманную систему усвоения обучающимися учебного материала, поэтому не стоит приступать к изучению последующих тем (разделов), не усвоив предыдущих.

10.3 Методические указания для обучающихся по организации самостоятельной работы в процессе освоения дисциплины

Вид работы	**Контроль выполнения работы**
Подготовка к аудиторным занятиям (проработка учебного материала по конспектам лекций и учебной литературе, составление сводной таблицы)	Собеседование
Работа с учебной и научной литературой	Собеседование
Работа с вопросами для самопроверки	Собеседование
Подготовка ко всем видам контрольных испытаний	Собеседование

10.4 Методические указания для обучающихся по подготовке к занятиям

Занятия практического типа предназначены для расширения и углубления знаний обучающихся по учебной дисциплине, формирования умений и компетенций, предусмотренных стандартом. В их ходе обучающимися реализуется верификационная функция степени усвоения учебного материала, они приобретают умения вести научную дискуссию. Кроме того, целью занятий является: проверка уровня понимания обучающимися вопросов, рассмотренных на лекциях и в учебной литературе, степени и качества усвоения обучающимися программного материала; формирование и развитие умений, навыков применения теоретических знаний в реальной практике решения задач,

анализа профессионально-прикладных ситуаций; восполнение пробелов в пройденной теоретической части курса и оказания помощи в его освоении.

Обучающийся должен изучить основную литературу по теме занятия, и, желательно, источники из списка дополнительной литературы, используемые для расширения объема знаний по теме (разделу), интернет-ресурсы.

11. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программное обеспечение ФГБОУ ВО ПСПБГМУ им. И.П. Павлова, являющееся частью электронной информационно-образовательной среды и базирующееся на телекоммуникационных технологиях:

- компьютерные обучающие программы;
- тренинговые и тестирующие программы;
- электронные базы данных

12. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине.

Наименование специализированных аудиторий и лабораторий	Перечень оборудования
1	2
Учебная аудитория №1 197022, Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 17 лит. А. Здание клиники нефрологии и урологии, 1 этаж (ПИБ №44,45,46)	1. Доска для письма маркером – 1шт. Стулья – 26шт. Кресло компьютерное– 1шт. Письменный стол – 14шт. Удлинитель – 1шт. Ноутбук – 1шт. Проектор – 1шт.
Учебная аудитория №2 197022, Санкт-Петербург, ул. Льва Толстого, д. 17 лит. А. Здание клиники нефрологии и урологии., 1 этаж (ПИБ	Доска для письма маркером – 1шт. Кресло компьютерное– 1шт. Стулья – 26шт.

№44,45,46)	Письменный стол – 15шт. Удлинитель – 1шт. Ноутбук – 1шт. Проектор – 1шт.
Учебная комната № 341 197022, Санкт-Петербург, Петроградская набережная д. 44, лит. А, Центр практической стоматологии, 3 этаж (ПИБ №44,45,46)	Ноутбук переносной – 1 шт. Столы – 10 шт. Стулья – 15 шт.