**Казахский национальный университет им. аль-Фараби**

# Утверждено

на заседании Ученого совета факультета

Протокол № 13 от 23.05.2016 г.

Декана факультета

**\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_** А.Р. Масалимова

**Силлабус**

***ИОТ 2 Прикладная психология***

**PPChS 4513 Психологическая помощь при ЧС**

**5B050300 Психология, 4 курс**

**Осенний семестр 2016-2017 уч. год**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Код дисциплины** | | **Название дисциплины** | **Тип** | **Кол-во часов в неделю** | | | | | **Кол-во кредитов** | | | | **ECTS** | |
| **Лек** | **Практ** | | **Лаб** | |
|  | | Системы баз данных | ОК | 1 | 1 | | 0 | | 2 | | | | 2 | |
| **Пререквизиты** | | «Социальная психология», «Психодиагностика», «Психологическое консультирование», «Психология психических состояний», «Практическая психология», «Индивидуальная и групповая психотерапия», «Практикум специализации». | | | | | | | | | | | | |
| **Лектор/Семинарист** | | Кунанбаева Майра Намгеновна к.психол.н., и.о.доцента | | | | **Офис-часы** | | | | | Четверг  9/00-9/50 лек | | | |
| **e-mail** | | [Maira7070@mail.ru](mailto:Maira7070@mail.ru) | | | |
| **Телефоны** | | 7076109273 | | | | **Аудитория** | | | | | 124 | | | |
| **Описание дисциплины** | | В связи с актуальностью социальных противоречий (события в западном Казахстане, в Алматы и в соседних государствах), опасностью природных катаклизм (угроза землетрясения, наводнения и др. ) и активизации мировых экстремистских движений (международные организации Алькаида, Игил, “Ат-такфир уаль-хиджра”, деятельность которых на территории Республики Казахстан запрещен) уровень опасности остается высоким. Курс предназначен для того, чтобы ознакомить с основными понятиями психологии чрезвычайных ситуаций и овладения навыками оказания психологической помощи субъектам ЧС. | | | | | | | | | | | | |
| **Цель курса** | | Изучение психологии экстре­мальных ситуаций, а также вопросов профессионального здоровья специалистов, работающих в экстремальных условиях и на основании этого овладения навыками оказания экстренной психологической помощи населению. | | | | | | | | | | | | |
| **Результаты обучения** | | Навыки и знания, которые получат студенты  Знания:  - определение, соотношение и классификация основных видов ЧС (угроза, трудности, экстремальная ситуация, катастрофа, кризис);  - понятий психического здоровья специалистов (спасатели, пожарные, полиция, военные, врачи) и населения, оказывающих помощь в зоне ЧС;  - систематизация основных понятий о психических состояниях и переживаниях (стресс, аффект, депрессия, оптимальный уровень функционирования, истощение, профессиональное выгорание).  Умение и навыки:  - Умение диагностировать переживания и психические состояния;  - Саморегуляция собственными психо-эмоциональными состояниями;  - Умения использовать экстренные формы психологической помощи в ЧС.  - навыки самовосстановления (релаксации, АТ, самостимуляции, медитации и др.)  - проведения индивидуального консультирования и групповых форм тренинга. | | | | | | | | | | | | |
| **Литература и ресурсы** | | 1. Антипов В. В. Психологическая адаптация к экстремальным си­туациям. М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2004. 2. Крюкова Т.Л. Психология совладающего поведения. – Кострома, 2004. 3. Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с. – (Справочник практического психолога). 4. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных /Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2007. - 319 с. 5. Сидоров П. И., Мосягин И. Г., Маруняк С. В.Психология катастроф. – М.: АСПЕКТ ПРЕСС, 2008. – 414 с. 6. Соловьева С.Л. Психология экстремальных состояний. СПб., ЭЛБИ, 2003.   **Дополнительно:**   1. Бойко В.В. Энергия эмоций в общении: взгляд на себя и на дру­гих. М., 1996. 2. Грановская Р.М. Элементы практической психологии. — СПб.: Свет, 1997. 3. Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: МГУ, 1984. – 2000с. 4. Наенко Н. И. Психическая напряженность. — М.: Изд-во МГУ, 2006. 5. Сандомирский М.Е. Как справиться со стрессом: простые рецепты или дорога в детство. – Воронеж: Изд-во «МОДЭК», 2000. 6. Соонетс Р., Локо Я., Локо Т. и др. Недостойное обращение с детьми.: Тарту, АО Атлекс, 2000. 7. Старшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия. Серия: Клиническая психология Изд.: Когито-Центр, 2005 г. – 376 с. 8. Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность. Теории, упраженения, эксперименты /Пер. С анг. – СПТ.: прайм – ЕВРОЗНАК, 2004 – 608с.(Проект «Психологическая энциклопедия»). 9. Самосознание и защитные механизмы личности. Хрестоматия. – Самара: Издательский Дом «БАХРАХ-М», 2000. – 656 с.   Яковлев М.Г. Синдром выгорания психотерапевтов: симптомы и работа с ними, <http://www.adventist.org.ru/psyh/rs_sbn01.htm>. 2002.  **Доступно онлайн:**   1. [www.psylist.net](http://www.psylist.net) - сайт психологических факультетов. Информации для психологов. 2. [www.psyresurs.ru](http://www.psyresurs.ru) - Портал о психологических методиках, тренингах, тестах оn-lien музыка для медитации 3. [www.azps.психолргия](http://www.azps.психолргия) – статьи, учебники, методики, тренинги. Много разнообразной и полезной информации по психологии.   [www.psychology-online.net](http://www.psychology-online.net) - книги, психологические тесты, фотографии и биографии психологов, ресурсы по психологии. Дополнительный учебный материал по курсу, а также документация для системы базы данных, используемая для выполнения домашних заданий, будет доступна на вашей странице на сайте univer.kaznu.kz. в разделе УМКД. (Рекомендуется освоить курсы МООК по тематике дисциплины) | | | | | | | | | | | | |
| **Организация курса** | | Этот практико-ориентированный курс, в котором будет осуществлен общее знакомство с большим объемом теоретического материала и практического материала. Проведению практических методов будет уделено большее внимание. Домашние задания (упражнения и методики), два слайда и программа тренинга, предоставят вам возможность для ознакомления с практическим применением теоретического материала. | | | | | | | | | | | | |
| **Требования курса** | | 1. К каждому аудиторному занятию вы должны подготовиться заранее, согласно графику, приведенному ниже. 2. Домашние задания будут распределены в течение семестра, как показано в графике дисциплины.   При выполнении домашних заданий должны соблюдаться следующие правила:   * Домашние задания должны выполняться в указанные сроки. Позже домашние задания не будут приняты. * Все домашние задания должны выполняться в одной тетради или в виде реферата (текст доклада), где страницы должны быть скреплены по порядку нумерации. Домашнее задания, не соответствующие этим стандартам, будут возвращены с неудовлетворительной оценкой). * Вы можете работать вместе с другим студентом при выполнении домашних заданий, при условии, что каждый из вас работает по отдельному вопросу (отдельной задаче). | | | | | | | | | | | | |
| **Политика оценки** | | **Описание самостоятельной работы** | | | | | | **Вес** | | **Результаты обучения** | | | | |
| Выполнение заданий на лекциях  Полный ответ на семинаре  СРС  Экзамены  ИТОГО | | | | | | 10%  35%  25%  40%  100% | | 1,2,3  2,3,4  4,5,6  1,2,3,4,5,6 | | | | |
| Ваша итоговая оценка будет рассчитываться по формуле  Ниже приведены минимальные оценки в процентах:  95% - 100%: А 90% - 94%: А-  85% - 89%: В+ 80% - 84%: В 75% - 79%: В-  70% - 74%: С+ 65% - 69%: С 60% - 64%: С-  55% - 59%: D+ 50% - 54%: D- 0% -49%: F | | | | | | | | | | | | |
| **Политика дисциплины** | | Соответствующие сроки заданий могут быть продлены в случае смягчающих обстоятельств (таких, как болезнь, экстренные случаи, авария, непредвиденные обстоятельства и т.д.) согласно Академической политике университета. Участие студента в дискуссиях и упражнениях на занятиях будут учтены в его общей оценке за дисциплину. Конструктивные вопросы, диалог, и обратная связь на предмет вопроса дисциплины приветствуются и поощряются во время занятий, и преподаватель при выводе итоговой оценки будет принимать во внимание участие каждого студента на занятии. | | | | | | | | | | | | |
| **График дисциплины** | | | | | | | | | | | | | | |
| **Неделя** | **Название темы** | | | | | | | | | | | **Кол-во часов** | | **Мах**  **балл** |
|  | **Лекция 1** Понятие, классификация и участники ЧС. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 2.** Организация работы психолога при ЧС | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 3.** Экстренная психологическая помощь при страхе и нервной дрожи | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция** 4. Индивидуальная уязвимость и психологические последствия травмы | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция** 5. Острые психические реакция при ЧС. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 6.** Психологическая помощь при проявлении агрессии (гневе, злости и ярости). | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 7.** Психологическая помощь при апатии и депрессии. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 8.** Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция** **9.** Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 10.** Психология терроризма и захвата заложников. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 11. С**уицидальное поведение (профилактика, экстренная помощь, психокоррекция и реабилитация).  **Лекция 12.** Психологическая помощь жертвам насилия. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 13.** Психология переживания горя и утраты. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
|  | **Лекция 14.** Индивидуальные и тренинговые формы психологической помощи при ЧС. | | | | | | | | | | | 1 | | 1 |
| ***Семинар*** | | | | | | | | | | | | | | |
| **1** | ***Семинар 1.*** *Катастрофа, экстремальная ситуация,*  *чрезвычайная ситуация, кризис: определение,*  *классификация, соотношение понятий.* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **2** | ***Семинар 2.*** *Виды помощи психолога при ЧС* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **3** | ***Семинар 3.*** *Оказание психологической помощи*  *при страхе.* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **4** | ***Семинар*** *4. Психологическая помощь при тревоге* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **5** | ***Семинар*** *5. Психологическая помощь при плаче и при истерике* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **6** | ***Семинар 6.*** *Помощь при гневе, злости, агрессии и острой реакции на стресс.* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **7** | ***Семинар 7.*** *Помощь при чувстве вины или стыда* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **8** | ***Семинар 8.*** *Психологическая помощь при двигательном возбуждении и массовой панике* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **9** | ***Семинар*** *9. Экстренная психологическая помощь при острых реакциях на стресс.* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **10** | ***Семинар 10.*** *Техники экстренной психологической помощи при терроризме.* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **11** | ***Семинар 11.*** *Экстренная психологическая помощь при ситуации суицида* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **12** | ***Семинар 12.*** *Психологическая помощь при эмоциональном, семейном и сексуальном насилии.* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **13** | ***Семинар 13.*** *Экстренная помощь при переживании утраты.* | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| **14** | ***Семинар 14.*** Индивидуальная и групповая кризисная психотерапия при ЧС. | | | | | | | | | | | 1 | | 5 |
| *СРС* | | | | | | | | | | | | | | |
| **3** | ***СРС 1.*** *Эссе: актуальность психологической помощи при ЧС.* | | | | | | | | | | | | | 10 |
| **5** | ***СРС 2.*** *Сделать слайд о проявлениях катастрофы, экстренной ситуации, кризисах.* | | | | | | | | | | | | | 10 |
| **6** | ***СРС 3.*** *Психологические нарушения и расстройства психического здоровья при ЧС.* | | | | | | | | | | | | | 10 |
| **10** | ***СРС 4.*** *Классификация индивидуальных и массовых форм психологической помощи при ЧС.* | | | | | | | | | | | | | 10 |
| **12** | ***СРС 5.*** *Разработайте тренинговую программу реабилитации жертв авиакатастрофы* | | | | | | | | | | | | | 10 |
| **13** | ***СРС 6.*** *Глосарий по экстренной психологии «Психологическая помощь при ЧС».* | | | | | | | | | | | | | 10 |
| **Рекомендации** | Силлабус не ограничивает от сбора и сдачи дополнительного материалов. Можно находить и сдавать в виде сообщений на семинарах интересные новости о психологической работе в горячих точках планеты. Рационально собирать электронную литературу и методики работы психолога в отдельные файлы, так как предполагается, что собранные материалы и методы и методики психологической помощи могут использоваться в последующей профессиональной деятельности. За помощью в подготовке к занятиям можно обращаться позвонив по сотовой связи днем с 10.00 до 19.00 вечера. | | | | | | | | | | | | |  |

Декан факультета Масалимова А.Р.

Председатель методбюро Жубаназарова Н.С..

Заведующий кафедрой Мадалиева З.Б.

Лектор Кунанбаева М.Н.