

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Борисова Виктория Валерьевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 01.07.2025 13:04:45  
Уникальный программный ключ:  
8d665791f4048370b679b22cf26583a2f341522e

**Негосударственное образовательное частное учреждение высшего образования**  
**«МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИХ ИННОВАЦИЙ»**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Ректор**

**НОЧУ ВО «МУПИ»**

\_\_\_\_\_  
1. Подпись Борисова

ПСИХОЛОГО-  
ПЕДАГОГИЧЕСКИХ  
ИННОВАЦИЙ

« 3 » апреля 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Психологическая реабилитация**  
**в системе психологической помощи**

**направление подготовки**  
**37.03.01 Психология**

**Профиль подготовки:**  
**Консультативная психология**

Квалификация (степень) выпускника – *бакалавр*

**Форма обучения**  
*очно-заочная*

**Москва 2023 г.**

## 1. Перечень планируемых результатов изучения дисциплины, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

В рамках освоения основной профессиональной образовательной программы бакалавриата обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи»

|                                                                                                                                                                                      |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК - 6 – способность к разработке и реализации стандартных программ, направленных на профилактику проблем в личностном и социальном статусе, образовании и профессиональном развитии | ИПК-6.1. Формулирует требования в соответствие с теоретико-методологическими основами психологического просвещения и психологической профилактики проблем населения, работников органов и организаций социальной сферы;<br>ИПК-6.2. Эффективно разрабатывает стандартные программы, направленные на психологическое просвещение и профилактику проблем населения, работников органов и организаций социальной сферы;<br>ИПК-6.3. Осуществляет применение конкретных процедур и методов психологического просвещения и профилактики проблем населения, работников органов и организаций социальной сферы. |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Учебная дисциплина Б1.В.ДЭ.03.01 «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» относится к дисциплинам (модулю) по выбору 4 (ДВ.4).

## 3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» составляет 2 зачетных единиц.

### Объем дисциплины по видам учебных занятий (в часах) – очная форма обучения

| Вид учебной работы                       | Всего часов | Семестры    |          |
|------------------------------------------|-------------|-------------|----------|
|                                          |             | 8           | -        |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>        | <b>66</b>   | <b>66</b>   | <b>-</b> |
| В том числе:                             | -           | -           | -        |
| Лекции                                   | 22          | 22          | -        |
| Практические занятия (ПЗ)                | 44          | 44          | -        |
| Семинары (С)                             | -           | -           | -        |
| Лабораторные работы (ЛР)                 | -           | -           | -        |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>    | <b>6</b>    | <b>6</b>    | <b>-</b> |
| В том числе:                             | -           | -           | -        |
| Курсовой проект (работа)                 | -           | -           | -        |
| Расчетно-графические работы              | -           | -           | -        |
| Реферат                                  | -           | -           | -        |
| Подготовка к практическим занятиям       | 6           | 6           | -        |
| Тестирование                             | -           | -           | -        |
| Вид промежуточной аттестации – зачет     | -           | -           | -        |
| <b>Общая трудоемкость час / зач. ед.</b> | <b>72/2</b> | <b>72/2</b> | <b>-</b> |

**Объём дисциплины по видам учебных занятий (в часах) – очно-заочная форма обучения**

| Вид учебной работы                       | Всего часов | Семестры    |          |
|------------------------------------------|-------------|-------------|----------|
|                                          |             | 8           | -        |
| <b>Аудиторные занятия (всего)</b>        | <b>32</b>   | <b>32</b>   | <b>-</b> |
| В том числе:                             | -           | -           | -        |
| Лекции                                   | 16          | 16          | -        |
| Практические занятия (ПЗ)                | 16          | 16          | -        |
| Семинары (С)                             | -           | -           | -        |
| Лабораторные работы (ЛР)                 | -           | -           | -        |
| <b>Самостоятельная работа (всего)</b>    | <b>40</b>   | <b>40</b>   | <b>-</b> |
| В том числе:                             | -           | -           | -        |
| Курсовой проект (работа)                 | -           | -           | -        |
| Расчетно-графические работы              | -           | -           | -        |
| Реферат                                  | -           | -           | -        |
| Подготовка к практическим занятиям       | 40          | 40          | -        |
| Тестирование                             | -           | -           | -        |
| Вид промежуточной аттестации – зачет     | -           | -           | -        |
| <b>Общая трудоемкость час / зач. ед.</b> | <b>72/2</b> | <b>72/2</b> | <b>-</b> |

**4. Содержание дисциплины**

**4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий**

**Очная форма**

| № п/п | Раздел/тема Дисциплины                                                                                             | Общая трудоемкость | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся, час |                      |                                    |
|-------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------------------------------------------------------|----------------------|------------------------------------|
|       |                                                                                                                    |                    | Контактная работа                                                     |                      | Самостоятельная работа обучающихся |
|       |                                                                                                                    | Всего              | лекции                                                                | практические занятия |                                    |
| 1.    | Тема 1. Введение в дисциплину «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи»                      | 12                 | 2                                                                     | 4                    | -                                  |
| 2.    | Тема 2. Психологическая реабилитация как специальное направление психологического консультирования и психотерапии. | 14                 | 2                                                                     | 4                    | 1                                  |
| 3.    | Тема 3. Основные принципы составления психореабилитационных                                                        | 14                 | 2                                                                     | 4                    | 1                                  |

| №<br>п/п | Раздел/тема<br>Дисциплины                                                         | Общая<br>трудоемкость | Виды учебных занятий, включая<br>самостоятельную работу обучающихся, час |                         |                                            |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------|
|          |                                                                                   |                       | Контактная работа                                                        |                         | Самостоятель-<br>ная работа<br>обучающихся |
|          |                                                                                   |                       | лекции                                                                   | практические<br>занятия |                                            |
|          | программ.                                                                         |                       |                                                                          |                         |                                            |
| 4.       | Тема 4. Психическая<br>травма.                                                    | 14                    | 4                                                                        | 8                       | 1                                          |
| 5.       | Тема 5. Методы<br>саморегуляции как<br>средство<br>психореабилитации.             | 18                    | 4                                                                        | 8                       | 1                                          |
| 6.       | Тема 6. Психореабилитация<br>методом телесно-<br>ориентированной<br>психотерапии. | 18                    | 4                                                                        | 8                       | 1                                          |
| 7.       | Тема 7. Групповая<br>психотерапия в<br>психологической<br>реабилитации.           | 18                    | 4                                                                        | 8                       | 1                                          |
| Всего    |                                                                                   | 72                    | 22                                                                       | 44                      | 6                                          |
| Зачет    |                                                                                   | -                     | -                                                                        | -                       | -                                          |
| Итого    |                                                                                   | 72                    | 22                                                                       | 44                      | 6                                          |

#### Очно-заочная форма

| №<br>п/п | Раздел/тема<br>Дисциплины                                                                                                         | Общая<br>трудоемкость | Виды учебных занятий, включая<br>самостоятельную работу обучающихся, час |                         |                                            |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------|
|          |                                                                                                                                   |                       | Контактная работа                                                        |                         | Самостоятель-<br>ная работа<br>обучающихся |
|          |                                                                                                                                   |                       | лекции                                                                   | практические<br>занятия |                                            |
| 8.       | Тема 1. Введение в<br>дисциплину<br>«Психологическая<br>реабилитация в системе<br>психологической<br>помощи»                      | 12                    | 2                                                                        | 2                       | 2                                          |
| 9.       | Тема 2. Психологическая<br>реабилитация как<br>специальное направление<br>психологического<br>консультирования и<br>психотерапии. | 14                    | 2                                                                        | 2                       | 4                                          |
| 10.      | Тема 3. Основные<br>принципы составления<br>психореабилитационных                                                                 | 14                    | 2                                                                        | 2                       | 6                                          |

| №<br>п/п | Раздел/тема<br>Дисциплины                                                            | Общая<br>трудоемкость | Виды учебных занятий, включая<br>самостоятельную работу обучающихся, час |                         |                                            |
|----------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|--------------------------------------------------------------------------|-------------------------|--------------------------------------------|
|          |                                                                                      |                       | Контактная работа                                                        |                         | Самостоятель-<br>ная работа<br>обучающихся |
|          |                                                                                      | Всего                 | лекции                                                                   | практические<br>занятия |                                            |
|          | программ.                                                                            |                       |                                                                          |                         |                                            |
| 11.      | Тема 4. Психическая<br>травма.                                                       | 14                    | 2                                                                        | 2                       | 6                                          |
| 12.      | Тема 5. Методы<br>саморегуляции как<br>средство<br>психореабилитации.                | 18                    | 2                                                                        | 2                       | 6                                          |
| 13.      | Тема 6.<br>Психореабилитация<br>методом телесно-<br>ориентированной<br>психотерапии. | 18                    | 4                                                                        | 4                       | 6                                          |
| 14.      | Тема 7. Групповая<br>психотерапия в<br>психологической<br>реабилитации.              | 18                    | 4                                                                        | 4                       | 6                                          |
| Всего    |                                                                                      | 72                    | 16                                                                       | 16                      | 40                                         |
| Зачет    |                                                                                      | -                     | -                                                                        | -                       | -                                          |
| Итого    |                                                                                      | 72                    | 16                                                                       | 16                      | 40                                         |

#### 4.2. Содержание разделов дисциплины

##### **Тема 1. Введение в дисциплину «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи»**

*Место дисциплины в общей системе подготовки бакалавра психологии.* Предмет, цели и задачи дисциплины. Требования, предъявляемые к уровню подготовленности бакалавра психологии по дисциплине. Последовательность и особенности изучения дисциплины.

*Психологическая реабилитация в системе психологической помощи.* Понятие о системе психологической помощи. Понятие, сущность и виды психореабилитации. Основные принципы психореабилитации. Цель, задачи и правила психореабилитационной работы. Требования, предъявляемые к психологу, осуществляющему психореабилитационных мероприятий.

##### **Тема 2. Психологическая реабилитация как специальное направление психологического консультирования и психотерапии.**

*Особенности психологической реабилитации как специального направления психологического консультирования и психотерапии.* Концептуальные основы, основные понятия и категории психологической реабилитации. История становления, развития и современное состояние психологической реабилитации. Уровни реабилитации и классификация реабилитации. Типы (специфическая и неспецифическая), классификация реабилитации (по целевой группе, по содержанию деятельности, по «точке приложения» усилий). Особенности стадий и этапов психологической реабилитации.

*Динамика процесса психологической реабилитации.* Роль и функции психолога-консультанта, психотерапевта на различных этапах психологической реабилитации. Практические вопросы организации и проведения психологической реабилитации.

### **Тема 3. Основные принципы составления психореабилитационных программ.**

*Принципы составления психореабилитационных программ.* Понятие и сущность основных типов психореабилитации. Виды и содержание реабилитационных программ.

*Сущность и содержание основных блоков психореабилитационного комплекса* (диагностического, установочного, реабилитационного, блока оценки эффективности воздействия). Основные требования к составлению психореабилитационной программы. Сущность и порядок оценки эффективности психореабилитационных мероприятий.

### **Тема 4. Психическая травма.**

*Психологическая характеристика посттравматического стрессового расстройства.* Основные концепции природы и психотерапии ПТСР. Психоаналитический подход к природе возникновения и проявления психической травмы. Классификация психических травм. Особенности формирования ПТСР в экстремальных ситуациях и военных событиях.

*Механизм возникновения и ведущая симптоматика посттравматического стрессового расстройства.* Интрузия, избегание, гиперактивность. Симптомы ПТСР (по МКБ-10). Виды ПТСР. Спутники ПТСР (алкоголизм, наркомания, болевые симптомы, социальная дезадаптация и др.).

### **Тема 5. Методы саморегуляции как средство психореабилитации.**

*Понятие психической саморегуляции.* Цель и задачи психической саморегуляции в рамках осуществления психокоррекционных мероприятий. История развития методов психической саморегуляции.

*Теоретические основы метода нервно-мышечной релаксации (НМР).* Понятие и сущность релаксации. Механизм активной НМР (АНМР) по Э.Джекобсону. Модификации метода АНМР. Практика применения метода АНМР по Э.Джекобсону. Теория и практика релаксационных игр и упражнений для детей и подростков.

*Теоретические основы метода аутогенной тренировки (АТ).* Понятие и сущность АТ. История развития метода АТ. Механизм АТ по И.Г. Шульцу. Особенности применения АТ. Возможные побочные действия АТ. Основные ступени АТ по И.Г. Шульцу (низшая, высшая) и их характеристика. Практика применения метода АТ. Метод АТ по И.Г. Шульцу. Сущность и содержание упражнений низшей ступени АТ по И.Г. Шульцу. Практика применения метода АТ. Теория и практика аутотренинга для подростков.

### **Тема 6. Психореабилитация методом телесно-ориентированной психотерапии.**

*Теоретические основы психокоррекции методом телесно-ориентированной психотерапии.* Сущность и механизм телесно-ориентированной психотерапии, основные принципы и особенности ее применения. Методы телесно-ориентированной психотерапии (В.Райха, А.Лоуэна, М.Фельденкрайса, Ф.Александера, А.Янова и др.).

*Теория и практика применения упражнений из восточных техник* (гимнастики цигун, дыхательных упражнений) в рамках психокоррекционной практики методом телесно-ориентированной психотерапии.

*Психогимнастика.* Теоретические основы психогимнастики. Основные этапы (подготовительный, пантомимический, заключительный) психогимнастического комплекса и их задачи. Практика выполнения психогимнастического комплекса.

### **Тема 7. Групповая психотерапия в психологической реабилитации.**

*Цели, задачи и принципы реабилитационного тренинга.* Факторы, групповой работы, способствующие эффективной реабилитации пострадавших. Порядок проведения реабилитационного тренинга.

*Методы групповой психотерапии, используемые в реабилитации:* дебрифинг стресса критических инцидентов, трехфазная модель рэп-группы, семейная психотерапия.

## **4.3. Практические занятия / лабораторные занятия**

**Практическое занятие 1.1.** по теме 1 «Требования, предъявляемые к психологу, осуществляющему психореабилитационных мероприятий».

**Практическое занятие 2.1.** по теме 2 «Динамика процесса психологической

реабилитации».

**Практическое занятие 3.1.** по теме 3 «Сущность и порядок оценки эффективности психореабилитационных мероприятий»

**Практическое занятие 4.1.** по теме 4 «Механизм возникновения и ведущая симптоматика посттравматического стрессового расстройства».

**Практическое занятие 5.1.** по теме 5 «Теоретические основы метода аутогенной тренировки (АТ)».

**Практическое занятие 6.1.** по теме 6 «Практика выполнения психогимнастического комплекса».

**Практическое занятие 7.1.** по теме 7 «Методы групповой психотерапии».

## **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

### **5.1. Основная литература**

1. Осипова, Н. В. Клиническая психология : учебное пособие (курс лекций) : направление подготовки 37.05.02 Психология служебной деятельности : [16+] / Н. В. Осипова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2022. – 156 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=712288> (дата обращения: 30.05.2025). – Текст : электронный.

2. Проективные методы в клинической психологии : учебное пособие : [16+] / Н. А. Канина, Л. В. Аргентова, Н. И. Корытченкова, С. С. Смагина ; Кемеровский государственный университет. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2022. – 182 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=700732> (дата обращения: 30.05.2025). – Библиогр.: с. 132. – ISBN 978-5-8353-2900-7. – Текст : электронный.

3. Психические расстройства и расстройства поведения (F00-F99) : класс V МКБ-10, адаптированный для использования в Российской Федерации : практическое пособие / под ред. Б. А. Казаковцева, В. Б. Голланд. – 2-е изд. – Москва : Прометей, 2020. – 585 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=576137> (дата обращения: 30.05.2025). – ISBN 978-5-907244-12-2. – Текст : электронный.

### **5.2. Дополнительная литература**

1. Александров Е.О. Посттравматическое стрессовое расстройство: клиника, лечение. – Новосибирск, 2000.

2. Антология тяжелых переживаний: социально-психологическая помощь: Сборник статей/ Под. ред. О.В.Красновой. М.: МПГУ; Обнинск: «Принтер», 2002.

3. Зинкевич-Евстигнеева Т. Д., Грабенко Т. М. Чудеса на песке. Практикум по песочной терапии.- СПб.: Издательство «Речь», 2005.

4. Истратова О.Н. Практикум по детской психокоррекции: игры, упражнения, техники / О.Н. Истратова. – Ростов н/Д: Феникс, 2007.

5. Каяшева, О.И. Развитие личностной рефлексии клиентов [Текст]: в процессе психол.консультирования и психокоррекции: моногр. / О. И. Каяшева. - СПб. : АРТ, 2015. - 274с.

6. Киселева М.В. Арт-терапия в практической психологии и социальной работе. – СПб.: Речь, 2007.

7. Колесникова Г.И. Основы психопрофилактики и психокоррекции. – Ростов н/Д: «Феникс», 2005.

8. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арттерапия детей и подростков. - М.: «Когито-центр», 2007.

9. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состояниями человека. – М.: Смысл, 2007.

10. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. Справочник практического

психолога. – М.: Эксмо, 2005.

11. Психология здоровья. Учебник для ВУЗов под ред. Г.С. Никофорова, СПб.: Питер, 2009.

#### **Литература для самостоятельной подготовки**

1. Минутко В.Л. Справочник психотерапевта, 2-е издание, дополненное. - СПб.: “Питер”, 2002.

2. Осипова А.А. Введение в практическую психокоррекцию: групповые методы работы. – Москва-Воронеж, 2000.

3. Психотерапевтическая энциклопедия / Под ред. Б.Д. Карвасарского. – СПб.: Питер, 2006.

4. Пушкарев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. М.; Изд-во Института психотерапии, 2000.

5. Соловьев И.В. Посттравматический стрессовый синдром: причины, условия, последствия, оказание психологической помощи и психореабилитация. М., 2000.

#### **Нормативные документы:**

Закон города Москвы от 7 октября 2009 года № 43 «О психологической помощи населению в городе Москве»

#### **5.3. Программное обеспечение**

1. Microsoft Windows 10 Pro

2. Microsoft Office 2007

#### **5.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

1. Библиотека Гумер – гуманитарные науки - URL: <http://www.gumer.info/>

2. Библиотека учебной и научной литературы - URL: <http://sbiblio.com/biblio/default.aspx?pid=65>

3. Вестник МГОУ (электронный журнал) - URL: <http://www.evestnik-mgou.ru/>

4. Википедия — свободная энциклопедия. - URL: <http://ru.wikipedia.org>.

5. Вопросы психологии - URL: <http://www.voppsy.ru/news.htm>

6. Вопросы психологии (электронный) - URL: <http://www.voppsyl.ru/about/subscribe/>

7. Киберленинка - URL: <http://cyberleninka.ru/>

8. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU - URL: <http://elibrary.ru>.

9. Национальная психологическая энциклопедия - URL: <http://vocabulary.ru/>

10. Персональный сайт Н.Н. Нечаева - URL: <https://sites.google.com/site/nechaevsite/>

11. Персональный сайт Овчаренко – URL: <https://www.sites.google.com/site/viktorovcharenko/home>

12. Поисковые системы. - URL: <http://www.google.ru/>, <http://www.yandex.ru/> и др.

13. Портал психологических изданий Psyjournals - URL: <http://psyjournals.ru>.

14. Психологический журнал «Дубна» - URL: <http://www.psyanima.ru/index.php>

15. Психология на русском языке - URL: <http://www.psychology.ru/>

16. Психология человека - URL: <http://www.psibook.com/>

17. Психология. Журнал Высшей школы экономики - URL: <http://psy-journal.hse.ru/about>

18. Психология. Курс Современной Гуманитарной академии - URL: <http://website-seo.ru/>

19. Психоложи - URL: <http://www.wday.ru/psychologies/dosye/74/>

20. Российская психология: информационно-аналитический портал - URL: <http://rospsy.ru>.

21. Сайт Елены Ромек - URL: <http://lena.romek.ru/>

22. Экзистенциальная и гуманистическая психология - URL: <http://hpsy.ru/>

23. Электронная библиотека - URL: <http://www.koob.ru/>

24. Электронная библиотека - URL: <http://www.twirpx.com/files/>

25. Электронная гуманитарная библиотека. - URL: <http://www.gumfak.ru>.

- сайты психологических сообществ, центров оказания психологической помощи и



Т.д.:

1. Американская психологическая ассоциация - URL: <http://www.apa.org/>
2. Восточно-Европейская ассоциация экзистенциальной психотерапии - URL: <http://existentialtherapy.eu/>
3. Институт практической психологии и психоанализа - URL: <http://psychol.ru/>
4. Московская служба психологической помощи населению - URL: <http://www.msph.ru/index.shtml>
5. Профессиональная психотерапевтическая лига - URL: <http://www.oppl.ru/>
6. Психологический навигатор - URL: <http://www.psynavigator.ru/>
7. Психологический центр на Пятницкой 37 - URL: <http://pcnp.ru/index.php>
8. Российское психологическое общество - URL: <http://xn--n1abc.xn--p1ai/>
9. Русское психоаналитическое общество - URL: <http://www.rps-arbat.ru/>
10. Сообщество RusPsy - URL: <http://ruspsy.net/index.php>
11. Центр ТРИАЛОГ - URL: <http://www.trialog.ru/center/index.php>
12. Знаменитые психотерапевты (с переводом) <http://www.youtube.com/watch?v=0Q9iTpio9GM&feature=related>

## **6. Материально-техническое обеспечение дисциплины**

1. Лекционная аудитория, аудитория для групповых и индивидуальных консультаций, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональным компьютером, плазменной панелью.

2. Аудитория для проведения практических и семинарских занятий, текущего контроля и промежуточной аттестации, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональным компьютером, плазменной панелью.

3. Аудитория для самостоятельной работы студентов, оснащенная комплектом мебели для учебного процесса, учебной доской, персональными компьютерами с возможностью подключения к сети «Интернет» и доступом к электронной информационно-образовательной среде Университета.

## **7. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

### **7.1. Методические рекомендации преподавателю**

Данный раздел настоящей рабочей программы предназначен для начинающих преподавателей и специалистов-практиков, не имеющих опыта преподавательской работы.

Дисциплина «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» является дисциплиной, формирующей у обучающихся профессиональные компетенции ПК-6. В условиях конструирования образовательных систем на принципах компетентностного подхода произошло концептуальное изменение роли преподавателя, который, наряду с традиционной ролью носителя знаний, выполняет функцию организатора научно-поисковой работы обучающегося, консультанта в процедурах выбора, обработки и интерпретации информации, необходимой для практического действия и дальнейшего развития, что должно обязательно учитываться при проведении лекционных и практических занятий по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи».

Преподавание теоретического (лекционного) материала по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» осуществляется на основе междисциплинарной интеграции и четких междисциплинарных связей в рамках образовательной программы и учебного плана по направлению 37.03.01 Психология.

Подробное содержание отдельных разделов дисциплины «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» рассматривается в п.5 рабочей программы.

Методика определения итогового семестрового рейтинга обучающегося по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» представлена в составе ФОС по дисциплине в Приложении 1 к рабочей программе.

Примерные варианты тестовых заданий для текущего контроля и перечень вопросов к экзамену по дисциплине представлены в составе ФОС по дисциплине в Приложении 1 к рабочей программе.

Перечень основной и дополнительной литературы и нормативных документов, необходимых в ходе преподавания дисциплины «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи», приведен в п.8 настоящей рабочей программы. Преподавателю следует ориентировать обучающихся на использование при подготовке к промежуточной аттестации оригинальной версии нормативных документов, действующих в настоящее время.

## **7.2. Методические указания обучающимся**

Получение углубленных знаний по дисциплине достигается за счет активной самостоятельной работы обучающихся. Выделяемые часы целесообразно использовать для знакомства с учебной и научной литературой по проблемам дисциплины, анализа научных концепций.

В рамках дисциплины предусмотрены различные формы контроля уровня достижения обучающимися заявленных индикаторов освоения компетенций. Форма текущего контроля – активная работа на практических занятиях, письменные контрольные работы, тестирование. Формой промежуточного контроля по данной дисциплине является зачет, в ходе которого оценивается уровень достижения обучающимися заявленных индикаторов освоения компетенций.

Методические указания по освоению дисциплины.

Лекционные занятия проводятся в соответствии с содержанием настоящей рабочей программы и представляют собой изложение теоретических основ дисциплины.

Посещение лекционных занятий является обязательным.

Конспектирование лекционного материала допускается как письменным, так и компьютерным способом.

Регулярное повторение материала конспектов лекций по каждому разделу в рамках подготовки к текущим формам аттестации по дисциплине является одним из важнейших видов самостоятельной работы студента в течение семестра, необходимой для качественной подготовки к промежуточной аттестации по дисциплине.

Проведение практических занятий по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» осуществляется в следующих формах:

–анализ правовой базы, регламентирующей деятельность организаций различных организационно-правовых форм;

–опрос по материалам, рассмотренным на лекциях и изученным самостоятельно по рекомендованной литературе;

–решение типовых расчетных задач по темам;

–анализ и обсуждение практических ситуаций по темам.

Посещение практических занятий и активное участие в них является обязательным.

Подготовка к практическим занятиям обязательно включает в себя изучение конспектов лекционного материала и рекомендованной литературы для адекватного понимания условия и способа решения заданий, запланированных преподавателем на конкретное практическое занятие.

Методические указания по выполнению различных форм внеаудиторной самостоятельной работы

Изучение основной и дополнительной литературы, а также нормативно-правовых документов по дисциплине проводится на регулярной основе в разрезе каждого раздела в соответствии с приведенными в п.5 рабочей программы рекомендациями для подготовки к промежуточной аттестации по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи». Список основной и дополнительной литературы и обязательных к изучению нормативно-правовых документов по дисциплине приведен в п.7 настоящей рабочей программы. Следует отдавать предпочтение изучению нормативных документов по

соответствующим разделам дисциплины по сравнению с их адаптированной интерпретацией в учебной литературе.

Решение задач в разрезе разделов дисциплины «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» является самостоятельной работой обучающегося в форме домашнего задания в случаях недостатка аудиторного времени на практических занятиях для решения всех задач, запланированных преподавателем, проводящим практические занятия по дисциплине.

#### Методические указания по подготовке к промежуточной аттестации

Промежуточная аттестация по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» проходит в форме зачета. Экзаменационный билет по дисциплине состоит из 2 вопросов теоретического характера и практического задания. Примерный перечень вопросов к зачету по дисциплине «Психологическая реабилитация в системе психологической помощи» и критерии оценки ответа обучающегося на зачете для целей оценки достижения заявленных индикаторов сформированности компетенций приведены в составе ФОС по дисциплине в Приложении 1 к рабочей программе.

Обучающийся допускается к промежуточной аттестации по дисциплине независимо от результатов текущего контроля.

### **8. Фонд оценочных средств по дисциплине**

#### **8.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины. Формы контроля формирования компетенций**

| <b>Код и наименование компетенций</b>                                                                                                                                                | <b>Индикаторы достижения компетенции</b>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | <b>Форма контроля</b>                                                                                                                  | <b>Этапы формирования (разделы дисциплины)</b> |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| ПК - 6 – способность к разработке и реализации стандартных программ, направленных на профилактику проблем в личностном и социальном статусе, образовании и профессиональном развитии | ИПК-6.1. Формулирует требования в соответствие с теоретико-методологическими основами психологического просвещения и психологической профилактики проблем населения, работников органов и организаций социальной сферы;<br>ИПК-6.2. Эффективно разрабатывает стандартные программы, направленные на психологическое просвещение и профилактику проблем населения, работников органов и организаций социальной сферы;<br>ИПК-6.3. Осуществляет применение конкретных процедур и методов психологического просвещения и профилактики проблем населения, работников органов и организаций социальной сферы. | Промежуточный контроль: зачет<br>Текущий контроль: опрос на практических занятиях; контрольная работа; доклад, тематическое вступление | 1-7                                            |

## **8.2. Показатели и критерии оценивания компетенций при изучении дисциплины, описание шкал оценивания**

### **8.2.1. Критерии оценки ответа на зачете**

(формирование компетенции формирование компетенций: ПК-6, индикаторы ИПК-6.1, ИПК-6.2, ИПК-6.3.)

**«5» (отлично):** обучающийся демонстрирует системные теоретические знания, практические навыки, владеет терминами, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью и способность быстро реагировать на уточняющие вопросы.

**«4» (хорошо):** обучающийся демонстрирует прочные теоретические знания, практические навыки, владеет терминами, делает аргументированные выводы и обобщения, приводит примеры, показывает свободное владение монологической речью, но при этом делает несущественные ошибки, которые быстро исправляет самостоятельно или при незначительной коррекции преподавателем.

**«3» (удовлетворительно):** обучающийся демонстрирует неглубокие теоретические знания, проявляет слабо сформированные навыки анализа явлений и процессов, недостаточное умение делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает не достаточно свободное владение монологической речью, терминами, логичностью и последовательностью изложения, делает ошибки, которые может исправить только при коррекции преподавателем.

**«2» (неудовлетворительно):** обучающийся демонстрирует незнание теоретических основ предмета, отсутствие практических навыков, не умеет делать аргументированные выводы и приводить примеры, показывает слабое владение монологической речью, не владеет терминами, проявляет отсутствие логичности и последовательности изложения, делает ошибки, которые не может исправить даже при коррекции преподавателем, отказывается отвечать на дополнительные вопросы.

### **8.2.2. Критерии оценки работы обучающегося на практических занятиях**

(формирование компетенции формирование компетенций: ПК-6, индикаторы ИПК-6.1, ИПК-6.2, ИПК-6.3.)

**«5» (отлично):** выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся четко и без ошибок ответил на все контрольные вопросы, активно работал на практических занятиях.

**«4» (хорошо):** выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями, обучающийся с корректирующими замечаниями преподавателя ответил на все контрольные вопросы, достаточно активно работал на практических занятиях.

**«3» (удовлетворительно):** выполнены все практические задания, предусмотренные практическими занятиями с замечаниями преподавателя; обучающийся ответил на все контрольные вопросы с замечаниями.

**«2» (неудовлетворительно):** обучающийся не выполнил или выполнил неправильно практические задания, предусмотренные практическими занятиями; обучающийся ответил на контрольные вопросы с ошибками или не ответил на контрольные вопросы.

### **8.2.3. Критерии оценки контрольной работы**

(формирование компетенции формирование компетенций: ПК-6, индикаторы ИПК-6.1, ИПК-6.2, ИПК-6.3.)

**«5» (отлично):** все задания контрольной работы выполнены без ошибок в течение отведенного на работу времени; работа выполнена самостоятельно, присутствуют

собственные обобщения, заключения и выводы; отсутствуют орфографические и пунктуационные ошибки.

**«4» (хорошо):** задания контрольной работы выполнены с незначительными замечаниями в полном объеме либо отсутствует решение одного задания; работа выполнена самостоятельно, присутствуют собственные обобщения, заключения и выводы; отсутствуют грубые орфографические и пунктуационные ошибки.

**«3» (удовлетворительно):** задания контрольной работы имеют значительные замечания; работа выполнена самостоятельно, присутствуют собственные обобщения; присутствуют грубые орфографические и пунктуационные ошибки.

**«2» (неудовлетворительно):** задания в контрольной работе выполнены не полностью или неправильно; отсутствуют или сделаны неправильно выводы и обобщения; присутствуют грубые орфографические и пунктуационные ошибки.

#### 9.2.5. Итоговое соответствие балльной шкалы оценок и уровней сформированности компетенций по дисциплине:

| Уровень сформированности компетенции | Оценка                       | Пояснение                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|--------------------------------------|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Высокий                              | «5»<br>(отлично)             | теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью;<br>все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены на высоком уровне;<br>компетенции сформированы                                                                                                                                                                   |
| Средний                              | «4»<br>(хорошо)              | теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены полностью;<br>все предусмотренные программой обучения учебные задания выполнены с незначительными замечаниями;<br>компетенции в целом сформированы                                                                                                                                               |
| Удовлетворительный                   | «3»<br>(удовлетворительно)   | теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине освоены частично, но пробелы не носят существенного характера;<br>большинство предусмотренных программой обучения учебных задач выполнено, но в них имеются ошибки;<br>компетенции сформированы частично                                                                                                 |
| Неудовлетворительный                 | «2»<br>(неудовлетворительно) | теоретическое содержание и практические навыки по дисциплине не освоены;<br>большинство предусмотренных программой обучения учебных заданий либо не выполнено, либо содержит грубые ошибки;<br>дополнительная самостоятельная работа над материалом не приводит к какому-либо значимому повышению качества выполнения учебных заданий;<br>компетенции не сформированы |

### 8.3. Методические материалы (типовые контрольные задания), определяющие результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения

Контрольные задания, применяемые в рамках текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, носят универсальный характер и предусматривают возможность комплексной оценки всего набора заявленных по данной дисциплине индикаторов сформированности компетенций.

#### 8.3.1. Текущий контроль (контрольные задания на практических занятиях)

(формирование компетенции формирование компетенций: ПК-6, индикаторы ИПК-6.1, ИПК-6.2, ИПК-6.3.)

## **Примеры практических заданий и ситуации консультативной практики для рассмотрения на практических занятиях.**

### **1. Варианты практических заданий:**

1. Порядок подготовки к проведению активной нервно-мышечной релаксации.
2. Сущность и содержание основных упражнений нервно-мышечной релаксации.
3. Порядок подготовки к проведению аутогенной тренировки.
4. Сущность и содержание основных упражнений аутогенной тренировки.
5. Практика применения упражнений из восточных техник (гимнастики ци-гун, дыхательных упражнений).
6. Основные арт-техники в индивидуальной и групповой психокоррекционной работе.

**2. Анализ ситуации консультативной практики.** По предложенной ситуации необходимо провести анализ:

- a. определить психологическую проблему, с которой обратился (-лась) клиент (-ка);
- b. определить теоретические положения в рамках определенного подхода, которые могут быть использованы при разработке психореабилитационных мероприятий;
- c. описать свои предположения и обоснованность тактики проведения психореабилитационных мероприятий;
- d. представить выводы по анализу ситуации.

### *Пример ситуации*

Мне 24 года. Уже почти пять лет мы встречаемся с Толей, сходимся и расходимся... В последнее время думаю, не выйти ли за него замуж...

Ему 25 лет. Он живет с родителями и сестрой. Родители распоряжаются его временем, не учитывая, что у него уже своя жизнь... Мы оба работаем, в будни видимся редко, а выходные, естественно, хочется проводить вместе. Но в выходные и начинается: отвезешь нас на дачу, почини машину, сделай ремонт на кухне... А у меня тоже есть для него мужская работа, мне тоже помощь его нужна: починить что-нибудь, помочь с уборкой...

В последнее время у него началась скандалы с родителями, однако он продолжает с ними жить. Снимать квартиру для нас он не хочет – жалко на это денег. Ему хочется уйти от родителей сразу в свою квартиру, накопив денег. Зарабатывает он не так много. Сейчас денег хватает только на еду, одежду, минимальные развлечения. Я ему говорю: может ты только лет через десять квартиру купить. Что, будешь все десять лет с мамой жить?

Моя мама сказала, что Толик по психологическому типу СЫН и никогда не станет самостоятельным. Неужели это так? В таком случае мне надо уходить от него: я хочу нормальную семью, ребенка родить, жить отдельно. Не хочу, чтобы муж всю жизнь бегал к маме. Действительно ли мой парень «маменькин сын»? и есть ли шанс это исправить? Оля.

### **8.3.2. Текущий контроль (контрольная работа)**

(формирование компетенции формирование компетенций: ПК-6, индикаторы ИПК-6.1, ИПК-6.2, ИПК-6.3.)

В рамках изучения дисциплины проводится контрольная работа, охватывающая изученные темы. Контрольная работа включает анализ профессиональных проблем психореабилитации в системе психологической помощи.

### **Примерные темы контрольной работы**

1. Теоретическая основа развития психореабилитации.
2. Требования, предъявляемые к психологу, осуществляющему психореабилитационные мероприятия.
3. Основные компоненты профессиональной готовности к реабилитационному

воздействию (теоретический, практический, личностная готовность).

4. Особенности психологической реабилитации как специального направления психологического консультирования и психотерапии.

5. Концептуальные основы, основные понятия и категории психологической реабилитации.

6. История становления, развития и современное состояние психологической реабилитации.

7. Отечественный и зарубежный опыт в реализации комплексных реабилитационных программ.

8. Уровни реабилитации и динамика процесса психологической реабилитации. Особенности стадий и этапов психологической реабилитации.

9. Роль и функции психолога-консультанта, психотерапевта на различных этапах психологической реабилитации.

10. Основные концепции природы и психотерапии ПТСР. Психоаналитический подход к природе возникновения и проявления психической травмы.

11. Классификация психических травм.

12. Особенности формирования ПТСР в экстремальных ситуациях и военных событиях.

13. Механизмы возникновения и ведущая симптоматика посттравматического стрессового расстройства. Виды ПТСР.

14. Цели и задачи психической саморегуляции в рамках осуществления психокоррекционных мероприятий.

15. Понятие и сущность механизма психической саморегуляции.

16. Понятие и сущность релаксации. Метод АНМР по Э.Джекобсону.

17. Принципы релаксационных игр и упражнений для детей и подростков.

18. Теоретические основы метода аутогенной тренировки (АТ). Понятие и сущность АТ, история развития метода АТ. Механизмы АТ по И.Г. Шульцу.

19. Основные психопрофилактические и психотерапевтические эффекты АТ.

20. Техники высшей ступени АТ и алгоритм ее выполнения.

21. Теоретические основы методов сущность и механизмы телесно-ориентированной психотерапии.

### **8.3.3. Текущий контроль (доклад, тематическое вступление)**

(формирование компетенции формирование компетенций: ПК-6, индикаторы ИПК-6.1, ИПК-6.2, ИПК-6.3.)

### **Примерные темы докладов и тематических выступлений по дисциплине**

1. Цели и задачи психической саморегуляции в рамках осуществления психокоррекционных мероприятий.

2. Понятие и сущность механизма психической саморегуляции.

3. Понятие и сущность релаксации. Метод АНМР по Э.Джекобсону.

4. Принципы релаксационных игр и упражнений для детей и подростков.

5. Теоретические основы метода аутогенной тренировки (АТ). Понятие и сущность АТ, история развития метода АТ. Механизмы АТ по И.Г. Шульцу.

6. Основные психопрофилактические и психотерапевтические эффекты АТ.

7. Техники высшей ступени АТ и алгоритм ее выполнения.

8. Теоретические основы методов сущность и механизмы телесно-ориентированной психотерапии.

9. Основные понятия, наиболее известных теорий и методов телесно-ориентированной психотерапии (В. Райха, А. Лоуэна, М. Фельденкрайса, Ф. Александера, А. Янова и др.).

10. Теория и практика применения упражнений из восточных техник (гимнастики цигун, дыхательных упражнений) в рамках психокоррекционной практики методом телесно-ориентированной психотерапии

11. Теоретические основы психогимнастики. Понятие и сущность психогимнастики как метода психокоррекции. Основные этапы (подготовительный, пантомимический, заключительный) психогимнастического комплекса и их задачи.
12. Основные арт-техники в индивидуальной и групповой психокоррекционной работе.
13. Теория и техники проективного рисунка, медитативного рисунка-манадалы.
14. Теоретические представления о сказкотерапии. Схемы психологического анализа сказок.
15. Технологии применения музыкотерапии в индивидуальной и групповой психокоррекционной работе.
16. Танцевальной терапии психокоррекции и реабилитации.
17. Сущность психокоррекционных процессов (неспецифических и специфических) при библиотерапии, способы их контроля.
18. Сущность, основные принципы и организация песочной терапии с детьми.
19. Фототерапия в психокоррекционных программах. Основные принципы, организация и техники фототерапии (слайд-терапии).

#### **8.3.4. Промежуточный контроль (вопросы к экзамену)**

(формирование компетенции формирование компетенций: ПК-6, индикаторы ИПК-6.1, ИПК-6.2, ИПК-6.3.)

#### **Примерные вопросы к зачету**

1. Теоретическая основа развития психореабилитации.
2. Требования, предъявляемые к психологу, осуществляющему психореабилитационные мероприятия.
3. Основные компоненты профессиональной готовности к реабилитационному воздействию (теоретический, практический, личностная готовность).
4. Особенности психологической реабилитации как специального направления психологического консультирования и психотерапии.
5. Концептуальные основы, основные понятия и категории психологической реабилитации.
6. История становления, развития и современное состояние психологической реабилитации.
7. Отечественный и зарубежный опыт в реализации комплексных реабилитационных программ.
8. Уровни реабилитации и динамика процесса психологической реабилитации. Особенности стадий и этапов психологической реабилитации.
9. Роль и функции психолога-консультанта, психотерапевта на различных этапах психологической реабилитации.
10. Основные концепции природы и психотерапии ПТСР. Психоаналитический подход к природе возникновения и проявления психической травмы.
11. Классификация психических травм.
12. Особенности формирования ПТСР в экстремальных ситуациях и военных событиях.
13. Механизмы возникновения и ведущая симптоматика посттравматического стрессового расстройства. Виды ПТСР.
14. Цели и задачи психической саморегуляции в рамках осуществления психокоррекционных мероприятий.
15. Понятие и сущность механизма психической саморегуляции.
16. Понятие и сущность релаксации. Метод АНМР по Э.Джекобсону.
17. Принципы релаксационных игр и упражнений для детей и подростков.
18. Теоретические основы метода аутогенной тренировки (АТ). Понятие и сущность АТ, история развития метода АТ. Механизмы АТ по И.Г. Шульцу.
19. Основные психопрофилактические и психотерапевтические эффекты АТ.



20. Техники высшей ступени АТ и алгоритм ее выполнения.
21. Теоретические основы методов сущность и механизмы телесно-ориентированной психотерапии.
22. Основные понятия, наиболее известных теорий и методов телесно-ориентированной психотерапии (В. Райха, А. Лоуэна, М. Фельденкрайса, Ф. Александера, А. Янова и др.).
23. Теория и практика применения упражнений из восточных техник (гимнастики цигун, дыхательных упражнений) в рамках психокоррекционной практики методом телесно-ориентированной психотерапии
24. Теоретические основы психогимнастики. Понятие и сущность психогимнастики как метода психокоррекции. Основные этапы (подготовительный, пантомимический, заключительный) психогимнастического комплекса и их задачи.
25. Основные арт-техники в индивидуальной и групповой психокоррекционной работе.
26. Теория и техники проективного рисунка, медитативного рисунка-манадалы.
27. Теоретические представления о сказкотерапии. Схемы психологического анализа сказок.
28. Технологии применения музыкотерапии в индивидуальной и групповой психокоррекционной работе.
29. Танцевальной терапии психокоррекции и реабилитации.
30. Сущность психокоррекционных процессов (неспецифических и специфических) при библиотерапии, способы их контроля.
31. Сущность, основные принципы и организация песочной терапии с детьми.
32. Фототерапия в психокоррекционных программах. Основные принципы, организация и техники фототерапии (слайд-терапии).
33. Цели, задачи и принципы групповой психотерапии в психореабилитационном и психокоррекционном процессе.
34. Факторы, групповой работы, способствующие эффективной реабилитации пострадавших.
35. Порядок проведения реабилитационного тренинга.
36. Методы групповой психотерапии, используемые в психореабилитации.
37. Дебрифинг стресса критических инцидентов.
38. Техфазная модель рэп-группы.