

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Горбунов Алексей Александрович

Должность: Заместитель начальника университета по учебной работе

Дата подписания: 08.07.2024 10:53:37

Уникальный программный ключ:

286e49ee1471d400cc1f45539d51ed7bbf0e9cc7

**ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России»**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ПСИХОЛОГИЯ УТРАТЫ**

**Специалитет по специальности**

**37.05.02 Психология служебной деятельности**

**специализация «Морально-психологическое обеспечение служебной  
деятельности»**

Санкт-Петербург

## 1. Цели и задачи дисциплины

### Цель освоения дисциплины:

формирование у обучающихся способностей проводить работу по психологической реабилитации лиц разных возрастов и социальных групп, получивших психические травмы и/или находящихся в трудной жизненной ситуации в результате утраты.

### Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

Компетенции	Содержание
ОПК-11	Способен проводить работу по психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях
ОПК-14	Способен использовать адекватные развивающие и коррекционные программы, осуществлять психологическую интервенцию с целью изменения негативных состояний лиц, находящихся в трудной жизненной ситуации, в том числе в состоянии психологической дезадаптации, с различными проявлениями девиаций, зависимостей, с суицидальными наклонностями
ПК-3	Способен к оказанию психологической помощи должностным лицам МЧС России и членам их семей, попавшим в трудную жизненную ситуацию

### 1.2 Задачи дисциплины

Задачами дисциплины являются:

- Знать основные направления, формы, методы психологической работы с личным составом профессиональных контингентов для решения задач по реализации мер реабилитации и реадaptации лиц, пострадавших в результате психотравмирующих событий.
- Владеть представлениями о методах психологической реабилитации в ситуации переживания утраты и посттравматического стрессового расстройства.
- Знать социальные, экономические, возрастные, семейные, детско-родительские, медицинские и иные факторы, характеризующие понятие трудных жизненных ситуаций.
- Уметь формировать психологический контакт, определять стратегию работы и выстраивать коммуникацию в целях адаптации детей и взрослых, находящихся в трудных жизненных ситуациях, в том числе находящихся в состоянии психологической дезадаптации, с различными проявлениями девиации, зависимости и суицидальными наклонностями.
- Знать факторы дезадаптации и реадaptации, специфичные для различных видов трудных жизненных ситуаций, обеспечивающие эффективность

психологической помощи.

- Уметь определять задачи психопрофилактической, психокоррекционной и реабилитационной работы с лицами, находящимися в трудной жизненной ситуации, обоснованные спецификой нарушений психологической безопасности с учетом принадлежности личности к возрастной и социальной группе.

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

Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ИДК опк-11.2 Знать основные направления, формы, методы психологической работы с личным составом профессиональных контингентов для решения задач по реализации мер реабилитации и реадaptации лиц, пострадавших в результате психотравмирующих событий.	Знает основные направления, формы, методы психологической работы с людьми, переживающими последствия утраты.
ИДК опк-11.4 Владеть представлениями о методах психологической реабилитации в ситуации переживания утраты и посттравматического стрессового расстройства.	Владеет представлениями о методах психологической реабилитации в ситуации переживания утраты.
ИДК опк-14.1. Знать социальные, экономические, возрастные, семейные, детско-родительские, медицинские и иные факторы, характеризующие понятие трудных жизненных ситуаций.	Знает возрастные, семейные и детско-родительские факторы, характеризующие переживания горя в ситуации утраты.
ИДК опк-14.3. Уметь формировать психологический контакт, определять стратегию работы и выстраивать коммуникацию в целях адаптации детей и взрослых, находящихся в трудных жизненных ситуациях, в том числе находящихся в состоянии психологической дезадаптации, с различными проявлениями девиации, зависимости и суицидальными наклонностями.	Умеет формировать психологический контакт, определять стратегию работы и выстраивать коммуникацию в целях адаптации детей и взрослых, переживающих утрату.
<b>Тип профессиональной деятельности: Психологическая интервенция (развитие, коррекция и реабилитация)</b>	
ИДК ПК-3.1. Знать: типологии проблем граждан разной этиологии; приемы оказания психологической помощи, коррекции, профилактики, поддержки.	Знает психологические аспекты проблем, специфичные для ситуации переживания утраты, обеспечивающие эффективность психологической помощи
ИДКПК-3.2. Уметь: определять задачи психопрофилактической, психокоррекционной и реабилитационной работы с должностными лицам МЧС России и членам их семей, находящимися в трудной жизненной ситуации.	Умеет определять задачи психопрофилактической, психокоррекционной и реабилитационной работы с лицами, переживающими утрату
ИДКПК-3.3. Уметь: оказывать психологическую помощь и поддержку сотрудникам, осуществляющим профессиональную деятельность, в том числе в	Владеет навыками планирования краткосрочной и долгосрочной работы с должностным лицам МЧС России и

особых условиях; проводить психокоррекционную, реабилитационную и профилактическую работу	членам их семей, переживающих утрату
---	--------------------------------------

### 3. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина относится к обязательной части основной профессиональной образовательной программы специалитета по специальности 37.05.02 Психология служебной деятельности, специализации «Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности».

### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы: 108 часов.

#### 4.1 Объем дисциплины и виды учебной деятельности

##### для очной формы обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость		
	з.е.	час.	7 семестр
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	<b>3</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
Контактная работа, в том числе:		<b>38</b>	<b>38</b>
<b>Аудиторные занятия</b>		<b>36</b>	<b>36</b>
Лекции (Л)		<b>12</b>	12
Практические занятия (ПЗ)		<b>24</b>	24
Консультации перед экзаменом		2	2
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>		<b>34</b>	<b>34</b>
<b>Экзамен</b>		<b>36</b>	<b>36</b>

#### 4.2. Тематический план, структурированный по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

##### для очной формы обучения

№ пп	Наименование тем	Всего часов	Количество часов по видам занятий		Контроль	Консультация	Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия			
1	2	3	4	5	6	7	8
1	Психология утраты как предмет изучения	<b>12</b>	2	4			6
2	Психические реакции на утрату: горевание	<b>12</b>	2	4			6
3	Технологии психологической помощи	<b>18</b>	4	8			6

	людям, переживающим утрату						
4	Переживание утраты детьми и подростками	14	2	4			8
5	Паллиативная помощь детям и взрослым	14	2	4			8
	<b>Консультация</b>	<b>2</b>				2	
	<b>Экзамен</b>	<b>36</b>			36		
	<b>Итого по дисциплине</b>	<b>108</b>	<b>12</b>	<b>24</b>	<b>36</b>	<b>2</b>	<b>34</b>

### 4.3 Содержание дисциплины

#### Тема 1. Психология утраты как предмет изучения

**Лекция.** Кризисные ситуации утрат и горя. Многообразие утрат на протяжении жизненного пути. Представление о горе как о реакции на утрату. Связь горя с ПТСР и реакциями дезадаптации. Смежные понятия: кризис, стресс, страдание, трудные жизненные ситуации, травма, ПТСР.

Основные этапы в развитии психотерапии горя в России и за рубежом.

Смерть как экзистенциальная данность. Отношение к смерти и его значение для качества жизни.

**Практическое занятие.** Тема утраты и горя в искусстве.

**Самостоятельная работа:** Просмотреть и проанализировать содержание документального фильма «Синяя чайка» с комментариями.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1-2];

дополнительная [1-2].

#### Тема 2. Психические реакции на утрату: горевание

**Лекция.** Понятие нормального, острого и хронического горя. Завершенное и непережитое горе. Формы горя и стадии переживания утраты в работах Э. Линдемманна. Стадии горевания в работах Э.-Кюблер-Росс. Задачи горя по Дж. Вордену. Переживание горя по В.Ф. Василюку.

**Практическое занятие.** Обсуждение документального фильма «Синяя чайка» с комментариями. Рефлексия опыта сопереживания горюющим.

Разработка информационного буклета «Реакции горя».

**Самостоятельная работа:** Просмотреть и проанализировать содержание художественного фильма «Три цвета: синий». Описать динамику работы горя главной героини.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1-2];

дополнительная [1-2].

#### Тема 3. Технологии психологической помощи людям, переживающим утрату

**Лекция.** Индивидуальные и групповые технологии психологической помощи в горе. Метод исцеления горя Дж. Джеймса и Р. Фридмана. Различные технологии индивидуальной психологической помощи (рисунки, «исцеляющие письма», сочинение историй, МАК, визуализации, релаксации, аутогенная

тренировка, актуализация ресурсных состояний и т.д.). Организация групп поддержки. Онлайн поддержка.

Представление об индивидуальном стиле горевания (Т. Мартин и К. Дока). Представление о бесправном горе (К. Дока). Двухпроцессная модель утраты (Stroebe, Schut), модель транскорпоральной коммуникации.

**Практическое занятие.** Использование арт-терапевтических технологий в работе с утратой.

Разработка информационного буклета «Помощь человеку, переживающему утрату».

**Самостоятельная работа:** Эссе-рассуждение на тему: «Наиболее эффективные модели психологической помощи при утрате».

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

#### **Тема 4. Переживание утраты детьми и подростками**

**Лекция.** Возрастные особенности переживания и понимания смерти у детей. Специфика переживания горя у детей и подростков. Типичные проблемы детей и подростков в период горевания. Нормальное горе. Факторы риска и признаки болезненного (осложненного) горя у детей.

Психологическая поддержка детей и подростков, переживающих горе. Как говорить с ребенком о смерти. Как помочь ребенку понять и пережить смерть в семье. Теория экологических систем У. Бронфенбреннера в организации психологической помощи детям и подросткам.

**Практическое занятие.** Осмысление смерти в детском возрасте с использованием сказки «Девочка со спичками» (Г.-Х. Андерсен).

**Самостоятельная работа:** Конспект статьи «Как помочь ребенку пережить горе» (Андреева А.Д.).

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

#### **Тема 5. Паллиативная помощь детям и взрослым**

**Лекция.** Подготовка к смерти и умирание как контекст психологической помощи. Технологии психологической помощи лицам в терминальной стадии болезни. Умиравший ребенок в семье.

**Практическое занятие.** Изучение опыта отечественной практики паллиативной помощи.

**Самостоятельная работа:** Ознакомиться с видеоматериалами по теме.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

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

При реализации программы дисциплины используются лекционные и практические занятия.

Общими целями занятий являются:

- обобщение, систематизация, углубление, закрепление теоретических знаний по конкретным темам дисциплины;
- формирование умений применять полученные знания на практике, реализация единства интеллектуальной и практической деятельности;
- выработка при решении поставленных задач профессионально значимых качеств: самостоятельности, ответственности, точности, творческой инициативы.

Целями лекции являются:

дать систематизированные научные знания по дисциплине, акцентировав внимание на наиболее сложных вопросах;

стимулировать активную познавательную деятельность обучающихся, способствовать формированию их творческого мышления.

В ходе практического занятия обеспечивается процесс активного взаимодействия обучающихся с преподавателем; приобретаются практические навыки и умения. Цель практического занятия: углубить и закрепить знания, полученные на лекции, формирование навыков использования знаний для решения практических задач; выполнение тестовых заданий по проверке полученных знаний и умений.

Самостоятельная работа обучающихся направлена на углубление и закрепление знаний, полученных на лекциях и других занятиях, выработку навыков самостоятельного активного приобретения новых, дополнительных знаний, подготовку к предстоящим занятиям, в том числе к контрольным работам.

## **6. Оценочные материалы по дисциплине**

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины, проводится в соответствии с содержанием дисциплины по видам занятий в форме опроса/докладов, выполнения контрольных работ.

Промежуточная аттестация обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине, проводится в форме экзамена.

### **6.1. Примерные оценочные материалы:**

#### **6.1.1. Текущего контроля**

##### **Типовые задания для контрольных работ:**

1. Определите среднюю длительность стадии «острое горе»

1 год

7-9 дней

6-7 недель

2. Синдром утраты - это сильные эмоции, переживаемые в результате утраты близкого, любимого человека. Иногда его принято называть:

- «острая потеря»
- «острое горе»
- «острый кризис»

3. Горе утраты характеризуется следующими этапами (установите последовательность):

- «эмоциональное прощание»
- стадия поиска
- стадия острого горя
- шок и оцепенение
- стадия восстановления

4. Определите по описанию стадию принятия смерти: На этой стадии стремятся как бы отложить приговор судьбы, изменяя свое поведение, образ жизни, отказываясь от разных удовольствий, и т.п.

- депрессия
- компромисс
- отрицание
- адаптация
- гнев

5. Последовательность реакций неизлечимо больных людей на приближающуюся смерть описывает модель:

- Зигмунда Фрейда
- Элизабет Кюблер-Росс
- Александра Моховикова

### **6.1.2. Промежуточной аттестации**

#### **Примерный перечень вопросов для проведения экзамена по дисциплине**

1. Представление о горе как о реакции на утрату.
2. Связь горя с сопутствующими понятиями: кризис, стресс, страдание, трудные жизненные ситуации, травма, ПТСР.
3. Основные этапы в развитии психотерапии горя в России и за рубежом.
4. Смерть как экзистенциальная данность.
5. Отношение смерти и его значение для качества жизни.
6. Умирание: терминальные состояния, психология клинической смерти.
7. Тема утраты и горя в искусстве.
8. Понятие нормального горя.
9. Понятие острого горя.
10. Понятие хронического горя.
11. Понятие искаженных реакций горя.
12. Предвосхищающее горе.



13. Завершенное и незавершенное горе.
14. Формы горя и стадии переживания утраты в работах Э. Линдемманна.
15. Стадии горевания в работах Э.-Кюблер-Росс.
16. Задачи горя по Дж. Вордену.
17. Переживание горя по В.Ф. Василюку.
18. Индивидуальные и групповые технологии психологической помощи в горе.
19. Метод исцеления горя Дж. Джеймса и Р. Фридмана.
20. Арт-терапевтические технологии индивидуальной психологической помощи.
21. Методы когнитивно-поведенческой терапии в помощи при горевании.
22. Организация групп поддержки в ситуации утраты.
23. Онлайн поддержка в период горевания.
24. Представление об индивидуальном стиле горевания (Т. Мартин и К. Дока).
25. Представление о бесправном горе (К. Дока).
26. Двухпроцессная модель утраты (Stroebe, Schut).
27. Модель транскорпоральной коммуникации при горевании
28. Возрастные особенности переживания и понимания смерти у детей.
29. Специфика переживания горя у детей и подростков.
30. Типичные проблемы детей и подростков в период горевания.
31. Нормальное горе у детей.
32. Факторы риска и признаки болезненного (осложненного) горя у детей.
33. Психологическая поддержка детей и подростков, переживающих горе.
34. Теория экологических систем У. Бронфенбреннера в организации психологической помощи детям и подросткам.
35. Паллиативная помощь детям и взрослым.
36. Подготовка к смерти и умирание как контекст психологической помощи.
37. Проблема эвтаназии (медицинский и морально-психологический аспекты).
38. Технологии психологической помощи лицам в терминальной стадии болезни.
39. Умиравший ребенок в семье.
40. Профилактика профессионального выгорания психологов, работающих с синдромом утраты близкого.

## **6.2. Шкала оценивания результатов промежуточной аттестации и критерии выставления оценок**

Система оценивания включает:

Форма контроля	Показатели оценивания	Критерии выставления оценок	Шкала оценивания
экзамен	правильность и полнота ответа	дан правильный, полный ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения вопросов; могут быть допущены недочеты,	отлично

	исправленные самостоятельно в процессе ответа.	
	дан правильный, недостаточно полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи; могут быть допущены недочеты, исправленные с помощью преподавателя.	хорошо
	дан недостаточно правильный и полный ответ; логика и последовательность изложения имеют нарушения; в ответе отсутствуют выводы.	удовлетворительно
	ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу; присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения; дополнительные и уточняющие вопросы не приводят к коррекции ответа на вопрос.	неудовлетворительно

## **7. Ресурсное обеспечение дисциплины**

### **7.1. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение**

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

МойОфис Образование [ПО-41В-124] - Полный комплект редакторов текстовых документов и электронных таблиц, а также инструментарий для работы с графическими презентациями [Свободно распространяемое. Номер в Едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных - 4557],

Astra Linux Common Edition релиз Орел [ПО-25В-603] - Операционная система общего назначения "Astra Linux Common Edition" [Коммерческая (Full Package Product). Номер в Едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных - 4433].

### **7.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

Информационная справочная система — Сервер органов государственной власти Российской Федерации <http://россия.рф/> (свободный доступ); профессиональные базы данных — Портал открытых данных Российской Федерации <https://data.gov.ru/> (свободный доступ); федеральный портал «Российское образование» <http://www.edu.ru> (свободный доступ); система официального опубликования правовых актов в электронном виде <http://publication.pravo.gov.ru/> (свободный доступ); федеральный портал

«Совершенствование государственного управления» <https://ar.gov.ru> (свободный доступ); электронная библиотека университета <http://elib.igps.ru> (авторизованный доступ); электронно-библиотечная система «ЭБС IPR BOOKS» <http://www.iprbookshop.ru> (авторизованный доступ).

### **7.3. Перечень основной и дополнительной литературы**

#### **Основная литература:**

1. Баканова А.А. Смерть и работа горя // Психологическое консультирование: практическое пособие для вузов. Кораблина Е.П., Акиндинова И.А., и др. Москва, 2020. <http://elib.igps.ru/?5&type=card&cid=ALSFR-9e08cad7-a8da-496e-9bec-6e6b84761156&remote=false>

2. Шуванов, И. Б. Теоретические основы психологии безопасного поведения в экстремальных ситуациях : учебное пособие для студентов по направлению 030300 «Психология» и специальности 030301 «Психология служебной деятельности» / И. Б. Шуванов, В. И. Шаповалов. — Саратов : Вузовское образование, 2017. — 188 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/58322.html> (дата обращения: 13.06.2023). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

#### **Дополнительная литература:**

1. Ершова, Д. А. Экстренная психологическая помощь: курс лекций / Д. А. Ершова, М. Л. Есаян, Л. И. Макадей. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 162 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83207.html> (дата обращения: 08.05.2023). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

2. Степанова, Л. Г. Основы психологической помощи : учебное пособие / Л. Г. Степанова. — Минск : Вышэйшая школа, 2023. — 344 с. — ISBN 978-985-06-3491-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/129994.html> (дата обращения: 05.05.2023). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

### **7.4. Материально-техническое обеспечение**

Для проведения и обеспечения занятий используются помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой специалитета, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: автоматизированное рабочее место преподавателя, маркерная доска, мультимедийный проектор.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде университета.

**Автор:** Иванова Т.В.

