

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ

по изучению курса «Психологическая адаптация и реабилитация участников военных действий»

Подготовил: к. пс. н., доцент Н.А. Мильчарек

1.1. Цели дисциплины: Предоставить общую теоретическую информацию по теме психологическая адаптация и реабилитация участников военных действий и сформировать должную профессиональную компетентность в работе с данной категорией военнослужащих.

1.2. Задачи дисциплины:

1. Предоставить основные теоретические знания, объясняющие психологические механизмы адаптации, реабилитации и реадaptации.

2. Сформировать понятия и научить различать элементы адаптации и реабилитации.

3. Сформировать умения оказывать консультативную и психокоррекционную помощь в комплексной системе реабилитации при сенсорных нарушениях и стрессовых состояниях, обеспечивать успешную адаптацию.

2. Требования к уровню освоения дисциплины

2.1. В результате освоения дисциплины «Психологическая адаптация и реабилитация участников военных действий» должны быть сформированы следующие компетенции: **профессиональные (ПК-13, ПК-15):**

| Шифр специальности | Формируемая компетенция (формулировка – (шифр)) |
|--|---|
| 37. 05.02 «Психология служебной деятельности» | способностью применять методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и служащих, участвовавших в экстремальной деятельности (ПК-13); |
| | способностью осуществлять диагностику проблем лиц, нуждающихся в коррекционных воздействиях, выбирать адекватные формы, методы и программы коррекционных мероприятий (ПК-15); |

2.2. В результате освоения дисциплины студент должен демонстрировать освоение указанных компетенций по дескрипторам «знания, умения, владения», соответствующие тематическим модулям дисциплины и применимые в их последующем обучении и профессиональной деятельности:

Знать:

3.1. Понятия, виды и уровни адаптации

3.2. Социализацию и адаптивные механизмы.

3.3. Ситуации, требующие адаптации.

3.4. Классификация ситуаций.

3.5. Защитные механизмы и методы саморегуляции, как адаптационные механизмы.

Уметь:

У.1. Проводить стандартные тренировки для адаптации психики

У.2. Определить возникновение реадaptации

У.3. Распознавать проблемы и основные направления реабилитации участников военных действий.

У.4. Определить присутствие тревоги, симптомов депрессии и посттравматического стрессового расстройства у участников военных действий.

Владеть:

В.1. Базовыми коммуникативными навыками;

В.2. Методами психологического сопровождения реадaptивных состояний у участников военных действий.

В.3. Навыками определять особенности протекания посттравматического стрессового расстройства участников военных действий.

3. План - задания для студентов по учебным неделям

Неделя 1-2

1. Познакомиться с программой учебного курса на весь семестр.

2. Прослушать лекцию по темам «Понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка: основные понятия и методы работы. Работа с переживанием в клиенто-центрированной терапии К. Роджерса: принципы работы, стадии психотерапии и процесс консультирования».

3. Прочитать следующий материал: Применение методов психокоррекционной работы с переживанием: метод фокусировки и эмпатический цикл.

4. Ответить на следующие вопросы:

1. Что такое переживание?

2. Какие методы работы с переживаниями можно выделить?

3. Опишите этапы работы с переживаниями?

5. По результатам практикума: знать природу переживания и уметь применять техники работы с переживаниями на практике.

Неделя 3-4

1. Прослушать лекцию по темам «Метод фокусировки К. Джендлина и процессуально-экспериментальная психотерапия (Л. Райс, Л. Гринберг, Р. Эллиот). Гештальт-терапия Ф. Перлза: принципы и техники работы».

2. Прочитать следующий материал: 1. Феноменологическая работа с переживаниями: техники гештальтпсихологии и феноменологической психотерапии. 2. Применение методов психокоррекционной работы с переживанием: работа с эмоциональными схемами.

3. Ответить на следующие вопросы:

1. Опишите методы психологической работы в гештальтпсихологии.

2. В чем заключается метод феноменологической психотерапии?

3. Что такое эмоциональные схемы и как с ними работать?

4. По результатам практикума: знать техники гештальт- и феноменологической психотерапии и уметь применять их на практике.

Неделя 5-6

1. Прослушать лекцию по темам «Феноменологический метод в психотерапии. Психодрама Дж. Морено».

2. Прочитать следующий материал: 1. Психодрамматическая работа с переживаниями. 2. Применение метода свободных ассоциаций при забывании.

3. Ответить на следующие вопросы:

1. Что является предметом работы в психодраме?
2. Как проводится психодрама?
3. Какие техники используются в психодраме?
4. В чем заключается метод свободных ассоциаций?

4. По результатам практикума: знать техники психодрамы и уметь применять их на практике; понимать метод свободных ассоциаций и уметь применять его на практике.

Неделя 7-8

1. Прослушать лекцию по темам «Классический психоанализ З. Фрейда: механизмы и методы психотерапии (свободные ассоциации, анализ сновидений). Индивидуальная психология А. Адлера: механизмы и методы психотерапии (анализ детских воспоминаний, анализ сновидений)».

2. Прочитать следующий материал: 1. Анализ сновидений по методу З. Фрейда. 2. Анализ сновидений по методу А. Адлера.

3. Ответить на следующие вопросы:

1. В чем заключается схема анализа сновидений по З. Фрейду?
2. Что такое смещение?
3. Что такое сгущение?
4. В чем заключается схема анализа сновидений по А. Адлеру?

4. По результатам практикума: знать схемы анализа сновидений по З. Фрейду и А. Адлеру и уметь применять их на практике.

Неделя 9-10

1. Прослушать лекцию по темам «Гуманистический психоанализ Э. Фромма: механизмы и методы психотерапии (характер и анализ сновидений). Аналитическая психология К.Г. Юнга: механизмы и методы психотерапии (активное воображение, анализ сновидений, арт-терапевтические техники)».

2. Прочитать следующий материал: 1. Анализ сновидений по методу Э. Фромма. 2. Анализ сновидений по методу К.Г. Юнга.

3. Ответить на следующие вопросы:

1. В чем заключается схема анализа сновидений по Э. Фромму?
2. В чем заключается схема анализа сновидений по К.Г. Юнгу?
3. Что такое толкование на уровне объекта и толкование на уровне субъекта?
4. Чем отличается разбирательство с бессознательным от интерпретации бессознательного?

4. По результатам практикума: знать схемы анализа сновидений по Э. Фромму и К.Г. Юнгу и уметь применять их на практике.

Неделя 11-12

1. Прослушать лекцию по темам «Когнитивная психокоррекция (А. Эллис, А Бэк). Транзактный анализ Э. Берна».

2. Прочитать следующий материал: 1. Отработка техник когнитивной психокоррекции. 2. Транзактный анализ Э. Берна: анализ отношений и сценариев.

3. Ответить на следующие вопросы:

1. Обозначьте и содержательно раскройте техники когнитивной психокоррекции..
2. Что такое дисфункциональные когнитивные схемы? Приведите примеры их различных вариантов.
3. Раскройте содержание позиций «родитель», «взрослый», «ребенок» в транзактном анализе Э. Берна.
4. Что такое транзакция и какими они бывают?
5. Что такое сценарий? Приведите примеры.

4. По результатам практикума: знать техники когнитивной психотерапии и уметь применять их на практике; знать основные коммуникативные закономерности транзактного анализа и уметь применять его схему на практике.

Неделя 13-14

1. Прослушать лекцию по темам «Экзистенциальный анализ (Л. Бинсвангер, М. Босс, Р. Мэй) и логотерапия (В. Франкл). Бихевиоральная психотерапия и коучинг».

2. Прочитать следующий материал: Анализ коммуникативных структур в системной терапии.

3. Ответить на следующие вопросы:

1. На каких теоретических положениях основан экзистенциальный анализ? Чем он отличается от классического психоанализа?

2. Каковы основные цели логотерапии В. Франкла?

3. Какие техники применяются в логотерапии В. Франкла?

4. По результатам практикума: знать теоретические основания и техники экзистенциальной терапии и уметь применять их на практике.

Неделя 15-16

1. Прослушать лекцию по темам «Системная терапия (Г. Бейтсон, В. Сатир). Краткосрочная терапия (П. Вацлавик, Дж. Нардонэ)».

2. Прочитать следующий материал: Анализ системы отношений в краткосрочной терапии

3. Ответить на следующие вопросы:

1. Выделите основные теоретические положения системной терапии.

2. В чем заключается метод работы с семейными проблемами В. Сатир?

3. На каких «ересях» основана краткосрочная терапия?

4. Выпишите отдельно структуру интервью, проводимого в рамках краткосрочной терапии.

5. Какие техники используются в рамках краткосрочной терапии?

4. По результатам практикума: знать теоретические основания и техники краткосрочной терапии и уметь применять их на практике; знать содержание метода работы с семейными проблемами В. Сатир и уметь его применять на практике.

Неделя 17-18

1. Прослушать лекцию по темам «Аутогенная тренировка И. Шульца. Недирективный гипноз М. Эриксона».

2. Прочитать следующий материал: 1. Применение метода аутогенной тренировки И. Шульца. 2. Недирективный гипноз М. Эриксона.

3. Ответить на следующие вопросы:

1. Выпишите отдельно схему аутогенной тренировки И. Шульца.

2. Что такое недирективный гипноз и чем он отличается от классического гипноза?

3. Какие техники используются в недирективном гипнозе?

4. Какова общая структура метода недирективного гипноза?

4. По результатам практикума: знать схемы проведения аутогенной тренировки и недирективного гипноза и уметь применять их на практике.

4. Самостоятельная проработка отдельных разделов лекционного курса.

Задача: Прочитать ниже приведенные тексты и составить конспект.

Результат: аналитические конспекты текстов.

Модуль 1. Переживание как единица психокоррекционного воздействия

1. Анализ текста: «Понимающая психотерапия: опыт построения психотехнической системы (Ф.Е. Василюк)

2. Анализ текста: «Фокусирование и слушание» (Ю. Джендлин)

3. Анализ текста: «Процесс консультирования» (К. Роджерс)

4. Анализ текста: «Ориентирование себя» (Ф. Перлз)

5. Анализ текста: «Феноменологический подход в экзистенциально-аналитической психотерапии» (А. Лэнгле)
6. Анализ текста: «Психодрама крупным планом: анализ терапевтических механизмов» (П.Ф. Келлерман)

Модуль 2. Осмысление как единица психокоррекционного воздействия

1. Анализ текста: «Психопатология обыденной жизни» (З. Фрейд)
2. Анализ текста: «Индивидуально-психологическое лечение неврозов» (А. Адлер)
3. Анализ текста: «Природа человека и его характер» (Э. Фромм)
4. Анализ текста: «Цели психотерапии» (К.Г. Юнг)
5. Анализ текста: «Когнитивная психотерапия расстройств личности: история, теория методы» (А. Бек)
6. Анализ текста: «Игры, в которые играют люди» (Э. Берн)
7. Анализ текста: «Экзистенциально-аналитическая школа мысли» (Л. Бинсвангер)
8. Анализ текста: «Недавние размышления о dasein-анализе» (М. Босс)

Модуль 3. Действие как единица психокоррекционного воздействия

1. Метод систематической десенсибилизации
2. Анализ текста: «Теория и практика терапии семьи» (В. Сатир)
3. Анализ текста и экспликация процедуры интервью: «Клиническая практика в стратегической терапии: процесс и процедуры» (Дж. Нардонэ, П. Вацлавик)

Модуль 4. Измененное состояние сознания как единица реабилитации

1. Анализ текста: «Аутогенная тренировка» (И. Шульц)
2. Анализ текста: «Гипнотические реальности: наведение клинического гипноза и формы косвенного внушения» (М. Эриксон)

5. Темы домашних заданий

Задача: подготовить доклад по одной из ниже перечисленных тем.

Результат: выступление на занятии в форме тематического доклада.

Модуль 1.

1. Систематический подход к лечению нарциссических нарушений Х. Кохута.
2. Жизнеизменяющая психотерапия Дж. Бьюдженталя.
3. Арт-терапия.

Модуль 2.

1. Структурный психоанализ. Ж. Лакана.
2. Психоанализ в призма философии М.К. Мамардашвили
3. Развитие идей аналитической психологии в работах Дж. Хиллмана.
4. Сказкотерапия.
5. Психоанализ объектных отношений.
6. Детский психоанализ М. Кляйн.
7. Развитие идей А. Бека в современной когнитивной терапии.

Модуль 3.

1. Системная семейная терапия.

Модуль 4.

1. Недирективный гипноз М. Эриксона и НЛП.

6. Контрольные вопросы по дисциплине

Модуль 1. Переживание как единица психокоррекционного воздействия

1. Понимающая психотерапия Ф.Е. Василюка: основные понятия и методы работы

2. Работа с переживанием в клиенто-центрированной терапии К. Роджерса
3. Метод фокусировки К. Джендлина и процессуально-экспериментальная психотерапия
4. Гештальт-терапия Ф. Перлза: принципы и техники работы
5. Феноменологическая психотерапия А. Лэнгли
6. Психодрама Дж. Морено
7. Систематический подход к лечению нарциссических нарушений Х. Кохута.
8. Жизнеизменяющая психотерапия Дж. Бьюджентала
9. Арт-терапия: механизм действия и методы

Модуль 2. Осмысление как единица психокоррекционного воздействия

1. Классический психоанализ З. Фрейда: механизмы и методы психотерапии
2. Индивидуальная психология А. Адлера: механизмы и методы психотерапии
3. Гуманистический психоанализ Э. Фромма: механизмы и методы психотерапии
4. Аналитическая психология К.Г. Юнга: механизмы и методы психотерапии
5. Когнитивная психокоррекция А. Эллиса
6. Когнитивная психокоррекция А Бэка
7. Транзактный анализ Э. Берна
8. Экзистенциальный анализ Л. Бинсвангера
9. Экзистенциальный анализ М. Босса
10. Экзистенциальный анализ Р. Мэя
11. Логотерапия В. Франкла
12. Структурный психоанализ. Ж. Лакана
13. Развитие идей аналитической психологии в работах Дж. Хиллмана
14. Сказкотерапия
15. Психоанализ объектных отношений
16. Детский психоанализ М. Кляйн

Модуль 3. Действие как единица психокоррекционного воздействия

1. Бихевиоральная психотерапия и коучинг
2. Системная терапия Г. Бейтсона,
3. Семейная терапия В. Сатир
4. Краткосрочная терапия (П. Вацлавик, Дж. Нардонэ)

Модуль 4. Измененное состояние сознания как единица реабилитации

1. Аутогенная тренировка И. Шульца
2. Недирективный гипноз М. Эриксона

7. Список литературы

Основная литература

1. Филатов Ф.Р. Основы психокоррекции: учебное пособие для студентов ВУЗов / Филатов Ф.Р. – Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ. 2011. – 198 с. ЭБС Znanium
2. Основы психологического консультирование: учебное пособие / О.О. Андронникова. – М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М. 2013. – 415 с. ЭБС Znanium

Дополнительная литература

1. Андронникова О.О. Специальные проблемы психологического консультирования: Учебное пособие / О.О. Андронникова – М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М. 2013. – 348 с. ЭБС Znanium
2. Кубарев В.С. Психология субъективности: опыт неклассического осмысления человека. Психотехническая теория смысла жизни. Омск: Изд-во ОмГТУ, 2010 - 236 с.
3. Общая психология. Тексты. Все тома (1-10) [Электронный ресурс] / Электрон. текстовые данные. – М.: Когито-Центр. 2013. – 640 с. ЭБС «Библиокомплектатор».