федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Оренбургский государственный медицинский университет»

Министерства здравоохранения Российской Федерации

**МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ**

**ДЛЯ ПРЕПОДАВАТЕЛЯ**

**ПО ОРГАНИЗАЦИИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

КЛИНИКО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ АДАПТАЦИИ

по направлению подготовки (специальности)

37.05.01 «Клиническая психология»

Является частью основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки (специальности) 37.05.01 «Клиническая психология»

утвержденной ученым советом ФГБОУ ВО ОрГМУ Минздрава России

протокол № \_9\_ от «\_30\_» \_\_\_апреля\_\_\_2021 г.

Оренбург

**1. Методические рекомендации к лекционному курсу**

**Модуль №1.** **Адаптация, стресс и психическое здоровье**

**Лекция №1.**

**Тема:** Понятие адаптации в клинической психологии. Психическая адаптация человека к стрессовым ситуациям

**Цель:** сформировать представление об основных понятиях и терминах дисциплины – адаптация, стресс, стрессовая ситуация, экстремальная ситуация, кризисная ситуация, острая реакция на стресс, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), расстройство адаптации.

**Аннотация лекции:** Понятие адаптации. Общий адаптационный синдром (стресс). Соотношение понятий «стрессовая ситуация», «чрезвычайная ситуация», «экстремальная ситуация» и «кризисная ситуация». Факторы, определяющие экстремальность ситуации (Everstine, Everstine, 1993). Реакции на тяжелый стресс и нарушения адаптации в МКБ-10. Острая реакция на стресс (F43.0). Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) (F43.1). Диагностические критерии ПТСР в МКБ-10. Расстройство приспособительных реакций (F43.2). Диагностические критерии ПТСР в DSM-IV. Типы течения ПТСР. Стадии формирования постстрессовых нарушений (Ромек и др., 2004). Стадии динамики состояния людей после психотравмирующих ситуаций (Решетников и др., 1989).

**Форма организации лекции:** вводная, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль №2.** **Психодиагностика, психокоррекция и психопрофилактика стрессовых расстройств и расстройств адаптации**

**Лекция №1.**

**Тема:** Психодиагностика, психокоррекция и психопрофилактика стрессовых расстройств и расстройств адаптации

**Цель:** сформировать представления о методах психологической диагностики стресса, стрессовых расстройств и стрессоустойчивости; усвоить принципы оказания психологической помощи жертвам экстремальной ситуации, специфику работы психолога в экстремальной ситуации; ознакомить с целями, задачами и принципами психологической профилактики стрессовых расстройств и расстройств адаптации, основными направлениями работы по формированию навыков адаптивного реагирования и контроля над стрессом.

**Аннотация лекции:** Классификация методов диагностики стресса, стрессовых расстройств и стрессоустойчивости. Принципы оказания помощи людям, перенесшим психологическую травму в результате влияния экстремальных ситуаций. Базовые функции службы экстренной психологической помощи. Отличия работы психолога в экстремальных условиях от обычной терапевтической ситуации (Ловелле, Малимонова, 2003). Цель и задачи экстренной психологической помощи. Направления проведения психотерапии и психопрофилактики при экстремальных ситуациях. «Информационная» терапия жертв экстремальной ситуации, находящихся в полной изоляции от окружающего мира (вследствие землетрясения, разрушения жилищ, аварий, взрывов и т.д.). Правила первой помощи для психологов, работающих в экстремальной ситуации. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс.

Профилактика стрессовых расстройств и расстройств адаптации. Формирование адаптационного потенциала личности.

**Форма организации лекции:** тематическая, проблемная, лекция-визуализация, лекция-беседа.

**Методы обучения, применяемые на лекции:** словесные, наглядные, объяснительно-иллюстративные, проблемное изложение.

**Средства обучения**:

* дидактические (презентация, раздаточный материал);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**2. Методические рекомендации по проведению практических занятий**

**Модуль 1. Адаптация, стресс и психическое здоровье**

**Тема 1.** Понятие адаптации в клинической психологии. Психическая адаптация человека к стрессовым ситуациям

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить представления о базовых понятиях и терминах дисциплины – адаптация, стресс, стрессоустойчивость, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), расстройство адаптации.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Отработка практических умений и навыков   * Решение проблемно-ситуационных задач в малых группах *(проблемно-ситуационные задачи представлены в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Тема 2.** Понятие адаптации в клинической психологии. Психическая адаптация человека к стрессовым ситуациям (продолжение)

**Вид учебного занятия:** контроль самостоятельной работы.

**Цель:** закрепить представления о базовых понятиях и терминах дисциплины – адаптация, стресс, стрессоустойчивость, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР), расстройство адаптации.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Проверка презентаций *(темы презентаций представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Модуль 2. Психодиагностика, психокоррекция и психопрофилактика стрессовых расстройств и расстройств адаптации**

**Тема 1.** Психодиагностика и психокоррекция стрессовых расстройств и расстройств адаптации

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить представления о методах психологической диагностики стресса, стрессовых расстройств и стрессоустойчивости; усвоить методы психологической коррекции нарушений адаптивного реагирования.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Отработка практических умений и навыков   * Отработка практических навыков применения техник психологической коррекции дезадаптивного реагирования *(перечень техник представлен в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Тема 2.** Экстренная психологическая помощь

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить представления о принципах клинико-психологической интервенции при работе с людьми, пострадавшими в результате экстремальной ситуации.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Отработка практических умений и навыков   * Отработка практических навыков применения техник экстренной психологической помощи *(перечень техник представлен в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Тема 3.** Психологическая помощь при переживании утраты

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить представления об основных понятиях психологии горя; усвоить тактику оказания психологической помощи в ситуации горя.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Отработка практических умений и навыков   * Решение проблемно-ситуационных задач в малых группах *(проблемно-ситуационные задачи представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).

**Тема 4.** Психопрофилактика психологической дезадаптации

**Вид учебного занятия:** практическое занятие.

**Цель:** закрепить представления о психопрофилактике психологической дезадаптации в различных ее формах, факторах успешной адаптации; обеспечить усвоение приемов и техник работы по формированию навыков адаптивного реагирования и контроля над стрессом.

**План проведения учебного занятия**

|  |  |
| --- | --- |
| №  п/п | Этапы и содержание занятия |
| 1 | **Организационный момент.**  Объявление темы, цели занятия.  Мотивационный момент (актуальность изучения темы занятия) |
| 2 | **Основная часть учебного занятия.**  Закрепление теоретического материала   * Устный опрос *(вопросы для устного опроса представлены в ФОС)*   Отработка практических умений и навыков   * Отработка практических навыков применения техник формирования адаптационного потенциала личности *(перечень техник представлен в ФОС)*   Рубежный контроль по модулю   * Тестирование *(тесты представлены в ФОС)* |
| 3 | **Заключительная часть занятия:**   * подведение итогов занятия; * выставление текущих оценок в учебный журнал. |

**Средства обучения:**

* дидактические (учебники, учебные пособия, сборники задач, инструкции для самостоятельных работ);
* материально-технические (учебная комната, доска, мел, ноутбук, мультимедийный проектор, экран).