***На правах рукописи***

Минобрнауки Российской Федерации

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

**«Оренбургский государственный университет»**

Кафедра общей психологии и психологии личности

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

*«Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции»*

Уровень высшего образования

СПЕЦИАЛИТЕТ

Специальность

*37.05.02 Психология служебной деятельности*

(код и наименование специальности)

*Психологическое обеспечение служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов*

(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация

*Психолог*

Форма обучения

*Очная*

Год набора 2022

Составители \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.А. Болдырева

Методические указания рассмотрены и одобрены на заседании кафедры общей психологии и психологии личности

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Л.В. Зубова

Методические указания является приложением к рабочей программе по дисциплине *Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции*, зарегистрированной в ЦИТ под учетным номером\_\_\_\_\_

|  |
| --- |
| © Болдырева Т.А, 2022 |
| © ОГУ, 2022 |

**Содержание**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 Методические указания по лекционным занятиям ………………........... |  |
| 2 Методические указания по лабораторным занятиям ……………………. |  |
| 3 Методические указания по самостоятельной работе …..…………..... |  |
| 3.1 Методические указания по выполнению индивидуального творческого задания ……………………………………………………………………………. |  |
| 3.2 Методические указания по подготовке к лабораторным занятиям…….. |  |
| 3.3 Методические указания по самоподготовке……………………………… |  |
| 4 Методические указания по промежуточной аттестации по дисциплине…. |  |

**1 Методические указания по лекционным занятиям**

Лекционный материал курса «Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции» ориентирован прежде всего на ознакомление студентов с теоретическими основами и современной практикой профилактики зависимостей и моделей реабилитации, использующихся в современной наркологии.

Лекционный материал направлен на формирование у студента представлений, необходимых для реализации трудовых функций, предусмотренных соответствующими профессиональными стандартами.

Как правило, материал, который предусмотрен для освещения в рамках лекционных занятий, довольно обширный. В силу этого особое значение имеет личное присутствие студента на занятии. Многие термины обладают так называемым смыслообразующим ударением, то есть при изменении ударения изменяется и смысл термина. Поэтому внимание должно быть уделено, в том числе, и грамотному усвоению терминологии по данному курсу. Это в свою очередь позволит обеспечить вхождение в профессиональное сообщество будущего психолога. Присутствие на лекционном занятии входит в число параметров оценки учебной деятельности студента и учитывается при выставлении оценки рубежного контроля.

Также в процессе лекционных занятий уделяется большое внимание образному наполнению сложных явлений, которые составляют предмет изучаемой дисциплины, поэтому важно запоминание не только на уровне терминов, но и правильное их соотнесение с примерами, которые иллюстрируют ту или иную модель оказания помощи в экстремальных ситуациях.

Целесообразно по мере прохождения отдельных тем составлять индивидуальный словарь терминов, так называемый глоссарий.

Запоминание объёмного и довольно сложного по своему содержанию материала предполагает, что студент не менее 1-3 раз возвращается к записям лекционного материала, к материалу, предложенному преподавателем в виде иллюстративного.

В темах, которые раскрывают особенности профилактики развития зависимостей, описания патологических процессов, лежащих в основе развития зависимостей, предполагается, что первичное закрепление материала осуществляется посредством составления планов-схем по рассмотренной теме. Важно при этом своевременное обнаружение ошибок и неточностей в понимании структурируемого материала. Иными словами, целесообразно непосредственное присутствие на занятиях, так как это позволит существенно сэкономить время на обработку и систематизацию материала.

Лекционные занятия обеспечиваются видеоматериалами, которые наглядно иллюстрируют особенности процесса квалификации состояний, требующих экстренной психологической помощи, особенностей поведения специалиста во время мероприятий по снижению риска развития ПТСР после эксквизитных ситуаций.

Лекционный материал в формате текста предоставляется студентам заранее в электронном виде. Ведение конспекта в процессе лекционного занятия рассматривается как возможный, но не необходимый вариант работы.

Целесообразно студенту иметь при себе распечатанный вариант лекционного материала и цветные маркеры, которые позволят выделять значимую информации, создавая благоприятные условия для запоминания и систематизации изучаемого материала.

Положительное влияние на качество освоения материала оказывает также составление в процессе лекции глоссария, то есть словаря специальных терминов, которые были использованы в процессе занятия.

Поскольку предоставляемый лекционный материал – это краткое тезисное изложение основного содержания по каждой теме, как правило, не включает в себя описание примеров, которые преподаватель озвучивает или представление в режиме медиа-информации, целесообразно в тексте лекционного материала делать пометки, которые могут позволить при повторении материала наполнить конкретными образами и представления изучаемые психические явления, а также закономерности их развития и взаимосвязей.

В зависимости от конкретного содержания, могут быть рекомендованы две взаимодополняющие модели непосредственного взаимодействия преподавателя и студента в процессе лекционного занятия: уточняющие вопросы студент может задавать в процессе выступления преподавателя, либо по окончании лекции.

Во втором случае полезно возникающие в процессе лекции вопросы записывать, просматривать их в течении занятия, поскольку, возможно, внимательное прослушивание материала поможет студенты самостоятельно получить ответ на возникшие вопросы. Активное и сосредоточенное прослушивание лекционного материала позволит студенту успешно пройти первый этап освоения курса.

**2 Методические указания по практическим занятиям**

Практические занятия по курсу «Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции» направлены на верификацию представлений, знаний, которые излагаются в лекционном курсе.

В связи с этим любое практическое занятие строится по плану схеме:

- устный опрос по теме занятия;

- заполнение бланков, таблиц, формирование схем, структурирующих актуальный учебный материал;

- проигрывание ситуаций профессиональной помощи в экстремальных ситуациях или ситуациях, следующих за таковыми;

- анализ уровня сформированности навыков для реализации срочных мероприятий психологической помощи.

Таблицы для реализации второго этапа плана – схемы доступны студенту в электронном курсе по данной дисциплине

Приведем пример таблицы, направленной на оптимизацию работы на втором этапе занятия.

Действия специалиста при оказании помощи клиенту, переживающему разные проявления состоянии горя

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Проявления горя у клиента | Действия специалиста | |
| Следует | Не следует |
| Разговоры об утраченном объекте |  |  |
| Плач |  |  |
| Ограничение контактов с внешним миром |  |  |
| Выражение озлобленности, поиск виноватого в случившемся |  |  |
| Тоска по умершему |  |  |
| Изменение самоидентичности |  |  |
| Чувство вины в связи с имевшей место амбивалентностью чувств к утраченному объекту |  |  |

Материал лабораторных занятий данного курса часто предполагает длительную, в течение нескольких занятий работу над определёнными ситуациями организации работы. Поэтому пропуски занятий создают ситуацию, когда студенту будет требоваться дополнительная работа по восстановлению логики поведения психолога в тех или иных ситуациях, и, следовательно, пропуск занятий может приводить к возникновению условий неполного усвоения навыков и умений, предусмотренных компетенциями, освоению которых посвящена дисциплина.

В зависимости от темы и от условий использования иллюстративного (медиа) материала он может быть доступен студентам в электронном виде, либо демонстрироваться и обсуждаться исключительно на занятии.

Успешная подготовка к лабораторному занятию предполагает, что студент:

А) владеет необходимым набором специальных терминов. Знает их значение и способен грамотно использовать при ответе на вопросы практического занятия;

Б) может изложить содержание ответов на поставленные для обсуждения в рамках практического занятия вопросы;

В) обладает представлениями о дискуссионных вопросах в рамках исследуемой проблематики на данной дисциплине.

Активная систематическая подготовка к лабораторным занятиям в полной мере способна обеспечить освоение студентов тех компетенций, которые предусмотрены учебным планом направления и рабочей программой дисциплины.

Лабораторные занятия включают как изложение студентом информации, которую извлёк из самых разнообразных источников при подготовке к лабораторным занятиям, так и освоение некоторых навыков, релевантных конкретной теме практического занятия.

Это предполагает, что студент планомерно включается в предлагаемые в процессе лабораторного занятия задания, обращает внимание на качество освоения инструкций к заданию, активно участвует в работе над предлагаемыми заданиями.

**3 Методические указания по самостоятельной работе**

Самостоятельная работа студента, согласно учебному плану специальности 37.05.02 «Психология служебной деятельности» профиля очной формы обучения для 2022 года набора по дисциплине «Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции» включает:

1. Выполнение индивидуального творческого задания.

2. Подготовку к практическим занятиям.

3. Самоподготовку посредством планомерного освоения одноименного электронного курса moodle.

**3.1 Методические рекомендации по выполнению индивидуального творческого задания**

Индивидуальное творческое задание по курсу «Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции» представляет собой кейса упражнений и техник, помогающих построить процесс общения с человеком, находящимся в трудной жизненной ситуации

В кейс упражнений и техник должны быть включены упражнения и техники, которые студент понял, осознал и провёл самостоятельно на себе и на другом (их) людях, то есть те, которые он научился выполнять. Могут быть включены как техники, обучение которым проводилось на занятиях по дисциплине, так и техники, освоенные им самостоятельно. Методы и техники должны быть структурированы по рубрикам: методы внимания и методы выслушивания. Объём в каждой рубрике – не менее 5. Упражнения и техники должны содержать полное описание, включающее в себя: название, цели (назначение), условия проведения, условия эффективности, стимульный материал (если таковой необходим), источник описания, порядок выполнения, критерии оценки эффективности (ожидаемый эффект), протокол-самоотчет о проведении упражнения на себе, протокол – самоотчёт проведения на другом человеке (людях). Оценивание выполнения задания предполагает процесс защиты кейса, целью данного мероприятия является оценка степени освоения техник, методов и приёмов воздействия на эмоциональное состояние людей в состоянии стресса. Все представленные техники должны иллюстрироваться минимум 5 примерами.

Критерии оценивания выполнения задания:

1. Выполнение объёма по рубрикам.

2. Полнота описания упражнений/техник.

3. Количество и корректность примеров, иллюстрирующих приводимые техники.

4. Наличие протоколов – самоотчётов и протоколов проведения на другом человеке (людях).

5. Качество ориентации в назначении упражнений и техник при устной защите кейса.

6. Способность составить набор техник/упражнений по заданию преподавателя

**3.3 Методические рекомендации по подготовке к лабораторным занятиям**

В рамках лабораторных занятий предполагается работа, направленная на приобретение практических навыков реализации осваиваемых техник, методов, направленных на обучение клиента навыкам саморегуляции, а также техник, использующихся для стабилизации состояния клиента в экстремальных ситуациях . В связи с этим подготовка к практическим занятиям играет крайне важную роль.

Поскольку навыки оказания экстренной психологической помощи требуют высокого уровня автоматизации/, то повторение материала по дифференциации экстренных состояний друг от друга и действий специалиста требуют многократного повторения. Целесообразно, в связи с этим, перед каждым практическим повторять вербальные инструкции и физические действия, которые осуществляет психолог при разных состояниях.

Для прочного запоминания и систематизации довольно обширного материала, целесообразно использовать таблицы – схемы, выполняющие функции упорядочивания разнопланового учебного материала, предлагаемого для предварительного самостоятельного изучения.

***Рекомендации по работе с таблицами.***

1. Внимательно прочитайте учебный материал по изучаемой теме.

2. Проанализируйте учебный материал, выявите необходимые и достаточные для заполнения сравнительной таблицы сведения (характерные признаки, черты, виды и т.д.).

3. Ознакомьтесь с предлагаемым образцом оформления таблицы.

4. Заполните таблицу.

5. Содержание таблицы полностью должно соответствовать заданной теме.

6. Не следует вносить излишнюю информацию, не принадлежащую рассматриваемой теме.

7. Представленный материал должен быть кратко и лаконично сформулирован.

7. Не допускайте пустых незаполненных граф.

8. Проверьте структурированность материала, наличие логической связи изложенной информации.

***Пример таблицы-схемы для подготовки к практическому занятию:***

|  |  |
| --- | --- |
| ***Актуальное состояние пациента*** | ***Задачи психотерапии*** |
| Длительное стрессовое состояние в результате травматического собы­тия |  |
| Проявление невыносимых состоя­ний: наплывы чувств и образов; па­рализующее избегание и оглушен­ность |  |
| Застревание в неконтролируемом состоянии избегания и оглушенно­сти |  |
| Способность воспринимать и вы­держивать и воспоминания и пере­живания |  |
| Способность к независимой пере­ работке мыслей и чувств |  |

**3.3 Методические указания по самоподготовке**

Самоподготовка представляет собой важнейший этап освоения материала данного курса.

С целью оптимизации и возможностей контроля систематичности и регулярности самоподготовки был создан одноименный электронный курс moodle.

Курс включает все темы дисциплины, соответствующие рабочей программе.

По каждой теме в курс включен материал, дублирующий лекционный материал, в связи с чем студент может использовать файлы с лекционным материалом непосредственно на лекционных занятиях, методический материал, необходимый для получения практических навыков в рамках практических занятий, а также выполнения задания, рассчитанных на самостоятельное выполнение.

В каждой теме предусмотрены контрольные задания в виде набора тестовых заданий разных типов. Тестовые задания в курсе moodle предназначены для обучения, предполагают от 2 до 5 попыток, что позволяет студенту неоднократно выполнить данные задания, упрочивая запоминание и осмысление изучаемого материала.

Результаты и своевременность выполнения заданий в курсе moodle рассматривается в качестве одного из критериев при определении общей оценки по промежуточной аттестации по дисциплине.

**4. Методические указания по промежуточной аттестации по дисциплине**

Промежуточная аттестация по дисциплине «Спецпрактикум-тренинг по психологической реабилитации, реадаптации, саморегуляции» предполагает зачет в 5 семестре

К зачету допускаются студенты, успешно выполнившие задания, предусмотренные Фондом оценочных средств по данной дисциплине.

Критерии оценивания заданий представлены также в Фонде оценочных средств по дисциплине.