

УДК 159.944.4 (07)

ББК 88.4 я 7

Б 60

Рецензенты

кандидат психологических наук, доцент И.С.Якиманская;

кандидат медицинских наук С.В.Балашова

Биктина Н.Н.

Б 60

Практикум по психологии посттравматического стресса: учебное пособие / Н.Н. Биктина; Оренбургский государственный университет. - Оренбург: ФГ БОУ ВПО ОГУ, 2011. – 166 с.

Пособие представляет собой специальный курс по психологии посттравматического стресса. Раскрыт основной теоретический и практический материал по феноменологии, психокоррекции и психотерапии посттравматического стресса и посттравматических стрессовых расстройств. Учебное пособие предназначено для студентов, обучающихся по программам высшего профессионального образования по направлению «Психология», специализирующихся по консультативной и социальной психологии; для специалистов, чья деятельность связана с оказанием психологической помощи людям с посттравматическими стрессовыми состояниями.

УДК 159.944.4 (07)

ББК 88.4 я 7

© Биктина Н.Н., 2011

© ФГ БОУ ОГУ

Содержание

Введение.....	5
1 Теоретические основы посттравматического стресса	
1.1 Стресс, посттравматический стресс: соотношение понятий.....	6
1.2 Понятие травматического стресса.....	11
1.3 Психологические механизмы возникновения травматического стресса...	15
1.4 Типы травматических ситуаций.....	17
1.5 Факторы риска развития посттравматического стрессового расстройства	23
1.6 Симптомы посттравматического стрессового расстройства.....	24
1.7 Стадии развития ПТСР	29
1.8 Особенности посттравматического стресса у детей	33
1.9 Реакция горя как посттравматическое стрессовое состояние.....	37
1.10 Суицидальное поведение как форма посттравматического стрессового расстройства.....	45
1.11 Боевой стресс.....	50
1.12 Психологические последствия терроризма.....	55
1.13 Вопросы и задания для проверки усвоения знаний.....	58
1.14 Литература, рекомендуемая для изучения темы.....	62
2 Методы диагностики посттравматического стресса	
2.1 Диагностические критерии посттравматического стрессового расстрой- ства.....	63
2.2 Психологические методы диагностики ПТСР.....	66
2.3 Особенности психологической диагностики ПТСР у детей.....	68
2.4 Вопросы и задания для проверки усвоения знаний.....	70
2.5 Литература, рекомендуемая для изучения темы	71
3 Психокоррекция и психотерапия посттравматического стресса	
3.1 Принципы коррекции и терапии при ПТСР	71
3.2 Методы коррекции и терапии ПТСР.....	73

3.2.1 Метод десенсибилизации и переработки движениями глаз	75
3.2.2 Метод ослабления травматического инцидента (ОТИ).....	89
3.2.3 Метод визуально-кинестетической диссоциации (ВКД).....	92
3.2 4 Психологический дебрифинг.....	94
3.2.5 Техники НЛП.....	106
3.3 Психологическая помощь при переживании горя.....	112
3.4 Психологическая помощь при потенциальном суициде.....	116
3.5 Общие принципы построения психокоррекционных программ	119
3.6 Характеристика метода «группа поддержки».....	127
3.7 Вопросы и задания для проверки усвоения знаний.....	133
3.8 Литература, рекомендуемая для изучения темы.....	136
Список использованных источников.....	138
Приложение А Тесты.....	142
Приложение Б Правила первой психологической помощи для психологов...	156
Приложение В Памятка для пострадавших.....	158
Приложение Г Вопросы к экзамену.....	160
Приложение Д Программа семинарских и практических занятий по курсу «Спецпрактикум по психокоррекции посттравматического стрессового рас- стройства».....	162