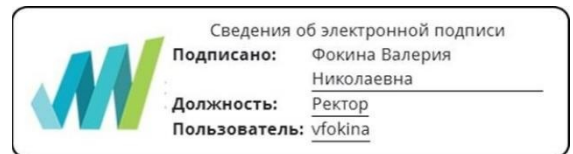


**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«Открытый университет экономики, управления и права»
(АНО ВО ОУЭП)**

УТВЕРЖДАЮ

Ректор АНО ВО ОУЭП Фокина В.Н.



«24» апреля 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.ДЭ.03.02 ПСИХОЛОГИЯ ГОРЯ И УТРАТЫ

Для направления подготовки:

37.03.01 Психология
(уровень бакалавриата)

Типы задач профессиональной деятельности:

научно-исследовательский, консультационный

Направленность (профиль):

Практическая психология

Форма обучения:

очная, очно-заочная

Москва 2026

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель освоения дисциплины: формирование представлений об оказании психологической помощи при состоянии острого горя при утрате близкого.

Задачи:

- формирование представлений о типологии психологических потерь, возрастных особенностях переживания потери, утраты, основных видах психологических утрат и их характеристики, о содержании понятия горевания, горе, этапах процесса горевания, задачах четырех основных работ горя, трудностях, встречающихся в процессе горевания и способах их преодоления, о когнитивных, эмоциональных и смысловых механизмах;
- развить умений квалифицировать и диагностировать основные этапы горевания в связи с основными типами психологических потерь; определять по описанию или консультативным данным, на каком этапе работы горя находится (остановился, застрял, продвинулся) клиент;
- сформировать представления об основных видах консультативно-поддерживающей помощи горюющим клиентам или же указать на необходимость (показания для) психотерапевтической помощи.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Место дисциплины в учебном плане:

Блок: Блок 1. Дисциплины (модули).

Часть: формируемая участниками образовательных отношений, элективные дисциплины.

Осваивается (семестр):

очная форма обучения - 6

очно-заочная форма обучения –7

3. КОМПЕТЕНЦИИ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

ПК-2 - способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности

4. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ОБУЧАЮЩИМСЯ

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Результаты обучения
ПК-2. Способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия	ПК-2.1. Демонстрирует навыки разработки программ профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики	Знает: основные понятия кризисной психологии и принципы кризисной помощи Умеет: составлять программу психологической помощи лицам при состоянии острого горя Владеет: навыками осуществления стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе,

личности, группы в процессе жизнедеятельности	психологического здоровья населения	организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий
---	-------------------------------------	---

5. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И РАСПРЕДЕЛЕНИЕ ВИДОВ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ ПО СЕМЕСТРАМ

Общая трудоемкость дисциплины «Психология горя и утраты» для обучающихся всех форм обучения, реализуемых в АНО ВО «Открытый университет экономики, управления и права» по направлению подготовки 37.03.01 Психология составляет: 3 з.е. / 108 час.

Вид учебной работы	Всего число часов и (или) зачетных единиц (по формам обучения)	
	Очная	Очно-заочная
Аудиторные занятия	54	34
<i>в том числе:</i>		
Лекции	18	10
Практические занятия	36	24
Лабораторные работы		
Самостоятельная работа	27	47
<i>в том числе:</i>		
часы на выполнение КР / КП		
Промежуточная аттестация:		
Вид	Экзамен – 6 сем.	Экзамен – 6 сем.
Трудоемкость (час.)	27	27
Общая трудоемкость з.е. / час.	3 з.е. / 108 час.	

6. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

№	Наименование темы дисциплины	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самост. работа
Очная форма обучения					
1	Введение в психологию горя и утраты	6	12		9
2	Психологическая помощь умирающему и суицидентам	6	12		9
3	Психологическая помощь детям и взрослым при утрате и горе	6	12		9
Итого (часов)		18	36		27
Форма контроля:		Экзамен			27

№	Наименование темы дисциплины	Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Самост. работа
Очно-заочная форма обучения					
1	Введение в психологию горя и утраты	3	8		15
2	Психологическая помощь умирающему и суицидентам	3	8		16
3	Психологическая помощь детям и взрослым при утрате и горе	4	8		16
Итого (часов)		10	24		47
Форма контроля:		Экзамен			27
Всего по дисциплине:		3 з.е. / 108 час.			

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Тема 1. Введение в психологию горя и утраты

Утрата и потеря как психологические феномены.

Психологическая утрата как утрата объекта и/или идентичности и/или части будущего. Фрейд З. о психологических утратах (потерях) и работе горя. Эмпирическая типологизация видов утрат. Облигаторные и факультативные утраты, нормативные и индивидуальные утраты. Близкие к понятию утрата и горе психологические понятия – кризис, стресс, страдание, страх смерти, посттравматический синдром, жизненные трудности, травма, трудные жизненные ситуации и пр. Утрата и потеря в возрастной психологии как комплементарное к понятию новообразование. Возрастные кризисы и утраты.

«Нормальное» и «патологическое» горе.

Характеристики «нормального» и «патологического» горя по Э. Линдемману. Факторы, провоцирующие «патологическое» горе. Четыре задачи горя по Д. Вордену. Горевание как нормальный и закономерный процесс. Этапы горевания по Ф.Васильку (1. Принять психологическую потерю. 2. Прожить острую боль потери 3. Наладка окружения, в котором отсутствует объект утраты 4. Выстроить новое отношение к объекту утраты (умершему) и продолжать жить). Типичные нарушения (трудности) в реализации задач горевания. Культурная и психологическая помощь горюющему человеку. Задачи личности на каждом этапе горевания. Специфика психологического сопровождения на разных этапах горевания.

Виды горевания при разных типах психологических потерь.

Процесс горевания при потере близкого человека (объекта). Горевание при разводе, измене, инцесте, изнасиловании. Горевания и болезнь, горевания и травма. Горевание и смена (потеря) идентичности. Горевание как совладание с возрастными изменениями психологических и физических возможностей человека. Горевание и принятие старости.

Тема 2. Психологическая помощь умирающему и суицидентам

Горе и страх смерти как психологические феномены.

Понятие острого горя. Физические, психофизиологические и психологические проявления острого горя по Э. Линдемману. Страх смерти как проявление экзистенциальной тревоги. Взаимодействие со страхом смерти в детстве, подростковом и зрелом возрасте. Специфика оказания психологической помощи при утрате верующим людям и атеистам.

Психологическое сопровождение умирающего.

Этапы «пути умирающего» по Э. Кюблер-Росс. Этапы отрицания, агрессии, торгов, депрессии и подготовительной печали, их характеристики и задачи психологической помощи. Специфика психологического сопровождения терминальных больных в детском и зрелом возрасте.

Суицид как форма реагирования личности на критические ситуации.

Суицидальное поведение как кризисная ситуация. Факторы суицидального риска: социально-демографические, медицинские, биографические, а также внешние обстоятельства и внутренние установки. Основные аспекты суицидальной ситуации. Признаки суицидального поведения: ситуационные, поведенческие, когнитивные, эмоциональные индикаторы суицидального риска, коммуникативные сигналы суицидального риска. Оценка суицидального риска. Основные принципы работы по предотвращению суицида: установление контакта, получение информации, оценка суицидального потенциала, оценка и мобилизация ресурсов, выработка терапевтического плана. Психологические стратегии, направленные на снижение риска суицида.

Тема 3. Психологическая помощь детям и взрослым при утрате и горе

Психологическая помощь детям при утрате.

Основные задачи психологической помощи ребенку при утрате близкого. Специфика детского восприятия и мышления. Проявления эгоцентризма ребенка. Детские вопросы при взаимодействии со страхом смерти. Методы психологической помощи ребенку при утрате близкого. Работа с ребенком при смерти родителя. Технологии оказания психологической помощи горюющему ребенку.

Психотравмы развития.

Типичные детские травмы. Дисфункциональная семья. Системный семейный подход. Бодинамический подход. Психологические аспекты насилия в семье. Мифы о семейном насилии. Характерные признаки поведения жертвы. Сексуальное насилие. Особенности клинической психодиагностики, психокоррекции, психотерапии и психопрофилактики лиц, переживших насилие. Психологические последствия продолжительного жестокого обращения. Психологические изменения во взаимоотношениях и в индивидуальности личности. Повторные повреждения, которые следуют за продолжительным жестоким обращением.

Психологическая помощь взрослым при утрате.

Основные задачи психологической помощи взрослому при утрате близкого. Специфика физического, психофизиологического и психологического состояния взрослого, в зависимости от времени со дня утраты. Основные факторы, влияющие на эмоциональное состояние горюющего. Работа с родителями, при смерти ребенка. Технологии оказания психологической помощи горюющему.

7. ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА КУРСОВЫХ РАБОТ

Курсовая работа не предусмотрена

8. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы представлен на сайте в разделе «Фонд оценочных средств (материалов)».

9. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ:

9.1. Рекомендуемая литература:

1. Рейнгольд, Дж. С. Мать, тревога и смерть. Комплекс трагической смерти / Дж. С. Рейнгольд ; перевод В. М. Астапова, И. Метлицкой, под редакцией В. М. Астапова. — 3-е изд. — Москва : ПЕР СЭ, Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 384 с. — ISBN 5-9292-0132-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/books/140946/details>

2. Лопес, Е. Г. Кризисология и основы психологической помощи : учебное пособие / Е. Г. Лопес, Н. Е. Жданова, Т. В. Штеба. — Москва : Ай Пи Ар Медиа, 2024. — 176 с. — ISBN 978-5-4497-3162-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/books/140691/details>

3. Белашева, И. В. Психология кризисных состояний личности : учебное пособие (курс лекций) / И. В. Белашева, М. Л. Есаян, В. А. Мищенко. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2022. — 166 с. — Текст : электронный // Образовательная платформа IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/books/135734/details>

9.2. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения.

Программное обеспечение Университета, являющееся частью электронной информационно-образовательной среды и базирующееся на телекоммуникационных технологиях:

- тренинговые и тестирующие программы;
- интеллектуальные роботизированные системы оценки качества выполнения работ. Информационные и роботизированные системы, программные комплексы, программное обеспечение для доступа к компьютерным обучающим, тренинговым и тестирующим программам:

- ПК «КОП»;
- ИР «Каскад».

Программное обеспечение, необходимое для реализации дисциплины:

Лицензионное программное обеспечение (в том числе, отечественного производства)

Операционная система Windows Professional 10

ПО браузер – приложение операционной системы, предназначенное для просмотра Web-страниц

Платформа проведения аттестационных процедур с использованием каналов связи (отечественное ПО)

Платформа проведения вебинаров (отечественное ПО)

Информационная технология. Онлайн тестирование цифровой платформы Ровеб (отечественное ПО)

Электронный информационный ресурс. Экспертный интеллектуальный информационный робот Аттестация ассессоров (отечественное ПО)

Информационная технология. Аттестационный интеллектуальный информационный робот контроля оригинальности и профессионализма «ИИР КОП» (отечественное ПО)

Электронный информационный ресурс «Личная студия обучающегося» (отечественное ПО)

Свободно распространяемое программное обеспечение

Мой Офис Веб-редакторы <https://edit.myoffice.ru> (отечественное ПО);
ПО OpenOffice.Org Calc - http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html;
ПО OpenOffice.Org Base - http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html;
ПО OpenOffice.org Impress - http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html;
ПО OpenOffice.Org Writer - http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html;
ПО Open Office.org Draw - http://qsp.su/tools/onlinehelp/about_license_gpl_russian.html;
ПО «Блокнот» - стандартное приложение операционной системы (MS Windows, Android и т.д.), предназначенное для работы с текстами.

9.3. Перечень современных профессиональных баз данных, информационных справочных систем и ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

1. <https://ro-edu.ru/> - Медиапортал «Российское образование»
2. <http://www.iprbookshop.ru> - Электронно-библиотечная система IPRSmart (ЭБС IPRSmart) –электронная библиотека по всем отраслям знаний
3. <https://www.elibrary.ru/> - электронно-библиотечная система eLIBRARY.RU, крупнейшая в России электронная библиотека научных публикаций
4. <https://cyberleninka.ru/> - научная электронная библиотека КиберЛенинка
5. <https://gufo.me/> - справочная база энциклопедий и словарей
6. <https://universarium.org/> - российская межвузовская платформа от ведущих университетов и компаний
7. <https://www.lektorium.tv/> - российская образовательная платформа, которая предлагает массовые открытые онлайн-курсы (MOOK) и лекции от ведущих вузов, научных институтов и компаний
8. <https://rusneb.ru/> - федеральная государственная информационная система и единое электронное пространство знаний, объединяющее оцифрованные фонды российских библиотек, музеев и архивов
9. <http://www.consultant.ru/> - справочная правовая система КонсультантПлюс
10. <https://www.garant.ru/> - справочная правовая система Гарант

10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине представлено в Приложении 8 – «Сведения о наличии оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических занятий ОПОП ВО по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль): Практическая психология.

11. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, практических и/или лабораторных занятий, организации самостоятельной работы обучающихся, консультаций.

Главное назначение лекции - обеспечить теоретическую основу обучения, развить интерес к учебной деятельности и конкретной учебной дисциплине, сформировать у обучающихся ориентиры для самостоятельной работы над учебной дисциплиной.

Основной целью практических и/или лабораторных занятий является обсуждение наиболее сложных теоретических вопросов, их методологическая и методическая проработка, выполнение практических заданий.

Самостоятельная работа с учебной, учебно-методической и научной литературой,

дополняется работой с тестирующими системами, тренинговыми программами, с информационными базами, электронными образовательными ресурсами в электронной информационно-образовательной среде организации и сети Интернет.

Цель самостоятельной работы - подготовка современного компетентного специалиста и формирование способностей и навыков к непрерывному самообразованию и профессиональному совершенствованию.

Реализация поставленной цели предполагает решение следующих задач:

- качественное освоение теоретического материала по изучаемой дисциплине, углубление и расширение теоретических знаний с целью их применения на уровне межпредметных связей;
- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических навыков;
- формирование умений по поиску и использованию нормативной, правовой, справочной и специальной литературы, а также других источников информации;
- развитие познавательных способностей и активности, творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самообразованию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие научно-исследовательских навыков;
- формирование умения решать практические задачи (в профессиональной деятельности), используя приобретенные знания, способности и навыки.

Самостоятельная работа является неотъемлемой частью образовательного процесса.

Самостоятельная работа предполагает инициативу самого обучающегося в процессе сбора и усвоения информации, приобретения новых знаний, умений и навыков и ответственность его за планирование, реализацию и оценку результатов учебной деятельности. Процесс освоения знаниями при самостоятельной работе не обособлен от других форм обучения.

Самостоятельная работа по подготовке письменных работ должна:

- быть выполнена индивидуально (или являться частью коллективной работы);
- представлять собой законченную разработку (этап разработки), в которой анализируются актуальные проблемы по определенной теме и ее отдельных аспектов;
- отражать необходимую и достаточную компетентность автора;
- иметь учебную, научную и/или практическую направленность;
- быть оформлена структурно и логически последовательно;
- содержать краткие и четкие формулировки, убедительную аргументацию, доказательность и обоснованность выводов;
- соответствовать этическим нормам (правила цитирования и парафраз; ссылки на использованные библиографические источники; исключение плагиата, дублирования собственного текста и использования чужих работ).

11.1. Особенности организации образовательного процесса для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) (в случае наличия таких категорий, обучающихся)

Образовательный процесс включает в себя теоретическое обучение, все виды практик, воспитательную работу, мероприятия по комплексному сопровождению для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) с учетом их возрастных и индивидуальных особенностей.

Образовательная программа может быть адаптирована для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) (адаптивная образовательная программа). Адаптивная образовательная программа разрабатывается на основании личного заявления обучающегося (законного представителя) и рекомендаций психолого-медико-педагогической комиссии и/или справке медико-социальной экспертизы, индивидуальная программа реабилитации или абилитации.

При разработке адаптивной образовательной программы учитываются особые образовательные потребности обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов), исходя из особенностей их психофизического развития, индивидуальных возможностей.

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидам (детям-инвалидам) по их заявлению предоставляются специальные технические средства, программные средства и услуги ассистента (помощника), оказывающего необходимую техническую помощь.

При реализации адаптивной образовательной программы обучающимся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидам (детям-инвалидам) предоставляются следующие возможности:

- использование специальных технических средств;
- обеспечение электронными образовательными ресурсами, использующими аудио сопровождение учебного материала;
- обеспечение электронными образовательными ресурсами с возможностью увеличения размера шрифта;
- обеспечение печатными образовательными ресурсами;
- особенности процедур аттестации.

При реализации адаптивной образовательной программы применяются следующие формы контроля и оценки результатов обучения обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) в зависимости от характера ограничений здоровья.

Для обучающихся с нарушением зрения:

- устная проверка: дискуссии, тренинги, круглые столы и др.;
- с использованием компьютера и специального программного обеспечения: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты и др.;
- при возможности, письменная проверка с использованием шрифта Брайля, увеличенного шрифта, использование специальных технических средств: контрольные работы, тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.

Для обучающихся с нарушением слуха:

- письменная проверка: контрольные, тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.;

- с использованием компьютера и специального программного обеспечения: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты и др.;

- при возможности, устная проверка с использованием специальных технических и программных средств, дискуссии, тренинги, круглые столы и др.

Для обучающихся с нарушением опорно-двигательного аппарата:

- письменная проверка с использованием специальных технических средств: контрольные работы, тестирование, домашние задания, эссе, отчеты и др.;

- устная проверка с использованием специальных технических средств: дискуссии, тренинги, круглые столы и др.;

- с использованием компьютера и специального программного обеспечения: работа с электронными образовательными ресурсами, тестирование, рефераты, курсовые проекты и др.

При проведении промежуточной аттестации по дисциплине обеспечивается соблюдение следующих общих требований:

- проведение аттестации для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) в одной аудитории совместно с обучающимися, не имеющими инвалидности и ОВЗ, если это не создает трудностей для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) и иных обучающихся при прохождении аттестации;

- присутствие в аудитории ассистента (помощника), оказывающего обучающимся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидам (детям-инвалидам) необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, общаться с экзаменатором);

- обеспечение возможности беспрепятственного доступа обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) в аудиторию, спортивный зал, санитарные и другие вспомогательные помещения.

По письменному заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов) продолжительность сдачи экзамена может быть увеличена по отношению к установленной продолжительности его сдачи:

- продолжительность сдачи экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;

- продолжительность подготовки обучающегося к ответу на экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут.

О необходимости обеспечения специальных условий для проведения аттестации обучающихся с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов (детей-инвалидов), обучающийся должен сообщить письменно не позднее, чем за 10 дней до начала аттестации. К заявлению прилагаются документы, подтверждающие наличие у обучающегося индивидуальных особенностей (при отсутствии указанных документов в организации).