

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

Информация об актуализации
УТВЕРЖДАЮ

Сведения об электронной подписи	
Подписано:	Фокина Валерия Николаевна
Должность:	ректор
Пользователь:	vfokina

"11" февраля 2022 г.



УТВЕРЖДАЮ

Первый проректор

Л.С. Иванова

20 января 2021 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по дисциплине

Наименование дисциплины Б1.В.ДВ.03.01 «Психология личности в кризисных ситуациях»

Образовательная программа направления подготовки 37.03.01 «Психология»,
направленность (профиль): «Практическая психология»

Рассмотрено к утверждению на заседании кафедры
педагогике и психологии
(протокол № 18-01 от 18.01.2021г.)

Квалификация - бакалавр

Разработчик: Давыдов Д.Г., к.псих.н.

Москва 2021

1. Цели и задачи дисциплины

Цель дисциплины - ознакомление студентов с основными отраслями научной психологии в области экстремальных ситуаций и состояний, видами и сферами работы психологов-практиков в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, формирование образа психолога-профессионала, работающего с кризисными состояниями (когнитивная и ценностно-смысловая составляющая), раскрытие основных проблем, связанных с оценкой, предвидением и оптимизацией психических состояний и поведения человека в трудной и экстремальной ситуации.

Задачи дисциплины:

- 1) формирование всестороннего и содержательного представления об основных явлениях и закономерностях, изучаемых в рамках психологии личности в кризисных ситуациях;
- 2) овладение концептуальным аппаратом исследований психологической травмы;
- 3) знакомство с основными подходами, методами и приемами помощи людям, пережившим психологическую травму как результат кризисной ситуации.

2 Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Психология личности в кризисных ситуациях» относится к дисциплинам по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

В результате изучения дисциплины обучающийся должен освоить:

профессиональные компетенции

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

обобщенную трудовую функцию (ОТФ):

- организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп
- трудовые действия:*
 - подготовка межведомственных команд по оказанию психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам)
 - оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию

Результаты освоения дисциплины, установленные индикаторы достижения компетенций

Наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Показатели (планируемые) результаты обучения
ПК-2. Способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности	ПК-2.1. Демонстрирует навыки разработки программ профилактической и психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения	<u>Знать:</u> <ul style="list-style-type: none">• психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в областях работы в экстремальных и кризисных ситуациях;• основные направления и перспективы развития междисциплинарных знаний в области методологии и методов психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях
		<u>Уметь:</u> <ul style="list-style-type: none">• решать новые, нестандартные задачи, в том числе подбирать адекватные методы психологического сопровождения и психокоррекционной работы в соответствии с особенностями личности и социально-психологических характеристик групп, оказавшихся в кризисной/чрезвычайной ситуации;• проектировать программы психологической помощи пострадавшим в кризисной/чрезвычайной ситуации с учетом их социально-психологических

		<p>характеристик, а также преодоления социальных стереотипов и формирования толерантности для специалистов помогающих профессий</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • навыками оказания психологической поддержки, терапии и коррекции лицам с посттравматическим стрессовым расстройством, лицам, побывавшим в экстремальной или кризисной ситуации; • навыками взаимодействия со специалистами помогающих профессий, участвующими в оказании помощи пострадавшим в кризисных и чрезвычайных ситуациях
--	--	---

Знания, умения и навыки, приобретаемые обучающимися в результате изучения дисциплины «Психология личности в кризисных ситуациях», являются необходимыми для последующего поэтапного формирования компетенций и изучения дисциплин.

Междисциплинарные связи с дисциплинами

Компетенция	Этапы формирования компетенций, определяемые дисциплинами направления подготовки «Психология»		
	начальный	последующий	итоговый
ПК-2 Способен к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности	Методы психологического консультирования	Психология стресса	Основы консультативной психологии
		Психологическое сопровождение семей и ребёнка в тяжелых жизненных ситуациях	Основы индивидуальной и групповой психотерапии
		Психологическое сопровождение приёмных семей	Психологическая саморегуляция
		Социальная реабилитация	Психосоматика
		Основы инклюзивной психологии	Дифференциальная психология
		Психология личности в кризисных ситуациях	Психология общения с тренингом
		Психология горя и утраты	Методы психологической коррекции
		Психология аддиктивного поведения	Производственная практика: Научно-исследовательская (квалификационная) практика
		Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы	

4. Объем дисциплины и виды учебной работы

Учебным планом предусматриваются следующие виды работы по дисциплине:

№ п/п	Виды учебных занятий	Всего часов по формам обучения, ак. ч			
		Очная		Очно-заочная	
		всего	в том числе	всего	в том числе
1	Контактная работа (объем работы обучающихся во взаимодействии с преподавателем) (всего)			44,2	
1.1	занятия лекционного типа (лекции)			10	

1.2	занятия семинарского типа (практические)*, в том числе:			32	
1.2.1	семинар-дискуссия, практические занятия				6 26
1.2.2	занятия семинарского типа: лабораторные работы (лабораторные практикумы)				
1.2.3	курсовое проектирование (выполнение курсовой работы)				
1.3	контроль промежуточной аттестации и оценивание ее результатов, в том числе:			2,2	
1.3.1	консультация групповая по подготовке к промежуточной аттестации				2
1.3.2	прохождение промежуточной аттестации				0,2
2	Самостоятельная работа (всего)			48	
2.1	работа в электронной информационно- образовательной среде с образовательными ресурсами учебной библиотеки, компьютерными средствами обучения для подготовки к текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации, к курсовому проектированию (выполнению курсовых работ)			48	
2.2	самостоятельная работа при подготовке к промежуточной аттестации			15.8	
3	Общая трудоемкость часы			108	
	дисциплины зачетные единицы			3	
	форма промежуточной аттестации				экзамен

*

Семинар – семинар-дискуссия

ГТ - практическое занятие - глоссарный тренинг

ТТ - практическое занятие - тест-тренинг

ПЗТ - практическое занятие - позетовое тестирование

ЛС - практическое занятие - логическая схема

УД - семинар-обсуждение устного доклада

РФ – семинар-обсуждение реферата

Ассесмент реферата - семинар-ассесмент реферата

ВБ - вебинар

УЭ - семинар-обсуждение устного эссе

АЛТ - практическое занятие - алгоритмический

5. Содержание дисциплины

5.1 Содержание разделов и тем

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
1	Психологическое содержание кризисных ситуаций	<p>Общие сведения о жизненных ситуациях. Соотношение понятий «среда» и «ситуация». Определение ситуации как отрезок жизненного пути, систему объективных и субъективных элементов (внешних и внутренних условий), которые возникают при взаимодействии личности и среды в определенный период времени. Подходы понимания соотношения объективного и субъективного в ситуации. Соотношение личности и ситуации: влияние ситуации на личность, создание личностью ситуации, восприятие одной и той же ситуации разными людьми и вариативность реагирования на нее. Признаки обыденной жизненной ситуации.</p> <p>Кризисные ситуации и их предпосылки возникновения. Подходы понимания трудных и кризисных жизненных ситуаций. Объективные и субъективные характеристики трудных жизненных ситуаций. Поведение человека в трудных и кризисных жизненных ситуациях. Методы психологической защиты. Копинг-поведение. Адаптация личности к ситуации. Приспособление как стратегия адаптации. Понятия «кризис», «кризисная ситуация» и «кризисное состояние» в отечественной и зарубежной психологии. Клиническая и</p>

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>психологическая теории кризиса и кризисного состояния. Понимание кризиса как «опасности» и «возможности». Пусковые механизмы кризиса. Интегральная концепция кризиса (В.В. Лукин-Григорьев, 1999; В.В. Козлов, 2003). Шоковые психические травмы; психотравмирующие ситуации относительно кратковременного действия, но психологически очень значимые; хронически действующие психотравмирующие ситуации, затрагивающие основные ценностные ориентации ребенка; факторы эмоциональной депривации. Типы кризисных ситуаций в раннем, дошкольном возрасте и школьном возрасте. Характерологические и патохарактерологические реакции. Реакции, свойственные преимущественно детям. Реакции, свойственные преимущественно подросткам. Профилактика дезадаптаций у детей и подростков.</p> <p>Экстремальные и чрезвычайные ситуации. Оптимальные и экстремальные условия обитания. Возникновение экстремальных условий в профессиональной деятельности и быту, в общении. Когнитивные, ролевые, экзистенциальные и другие типы конфликтов, определяющие экстремальность условий жизни и труда. Экстремальная или чрезвычайная ситуация, где источник угрозы обезличен (катастрофы, природные бедствия, войны, эпидемии и т.д.) и где источником угрозы выступает другое лицо (потерпевшие от насильственных преступлений, террористические акты и т.д.). Объективные и субъективные характеристики чрезвычайных ситуаций. Паника как экстремальное состояние.</p>
2	<p>Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР</p>	<p>Кризис и его психологическое содержание. Рассмотрение кризисов в объективном контексте как части жизненного пути индивида. Понятие о «нормативном психологическом кризисе»: «кризис 6-7-летнего возраста», «кризис подросткового возраста», «кризис середины жизни» и др. Результат переживания возрастного кризиса является переходом на новую ступень развития организма и психики. Рассмотрение кризисов в субъективном контексте, так называемые «индивидуальные духовные кризисы», например, утеря смысла жизни. Рассмотрение кризисов в контексте субъект-объектного взаимодействия человека в жизненной ситуации, так называемые, «индивидуальные кризисы жизненного пути». Группы феноменов, называемых в психологии «переживание»: переживание как выражение субъективной окрашенности отражаемой реальности; переживание как набор эмоциональных реакций; переживание кризисной ситуации как внутренняя психическая деятельность, способствующая переработке содержания сознания в тяжелой жизненной ситуации. Динамика переживаний в период кризиса.</p> <p>Стресс и его психологическое содержание. Многозначность понятия стресса: стресс как событие, несущее дополнительную нагрузку; стресс как реакция; стресс как промежуточная переменная; стресс как трансактный процесс. Концепция адаптационного синдрома Г.Селье. Психофизиология стресса. Группы психотравмирующих событий в зависимости от источника и масштаба их воздействия: страх войны, экологических бедствий; переживания, связанные с поступлением в школу или другое учреждение, трудностями освоения профессии, с атмосферой отвержения или враждебности со стороны соучеников или сотрудников; переживания при неправильном воспитании; психическая травматизация, обусловленная пребыванием в условиях отрыва от близких и т.д. Кратковременно действующие стрессоры. Продолжительно действующие стрессоры. Стрессоры активной деятельности. Стрессоры оценок. Стрессоры рассогласования деятельности. Физические и природные стрессоры. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) как следствие кризисной ситуации. Критерии диагностики ПТСР по Международной классификации болезней (МКБ 10). Критерии посттравматического стрессового расстройства по DSM-IV. Распространенность посттравматических расстройств среди населения. Психодинамическая модель посттравматического стресса. Когнитивные концепции психической травмы. Соотношение последствий посттравматического стресса и психосоциальных условий. Двухфакторная теория возникновения посттравматических стрессовых расстройств. Теория патологических ассоциативных эмоциональных сетей. Мультифакторная концепция посттравматических стрессовых расстройств. Боевая психическая травма.</p>

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>Факторы и механизмы развития боевой психической травмы. Реакции боевого стресса: острые стрессовые реакции, преневротические и невротические реакции, стойкие изменения личности и патохарактерологические реакции, реактивные психозы. Боевые стрессовые расстройства у раненых и контуженных. Отдаленные последствия боевой психической травмы. Суицидальное поведение как реакция боевого стресса. Аддиктивное поведение. Посттравматические расстройства у жертв преступлений и сексуального насилия. Посттравматические последствия террористической угрозы и ее последствия. Посттравматические стрессовые расстройства у спасателей. Особенности поведения лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Особенности эмоциональной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Особенности когнитивной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством. Ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Основная цель и задачи психотерапии ПТСР. Особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе: групповая психотерапия, когнитивно-бихевиоральная (техника вскрывающих интервенций), техника переработки травмирующих переживаний движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), тренинг преодоления тревоги, гештальт-терапия, символ-драма, НЛП. Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий. Тренинг по психофизиологической и социальной реадaptации участников военных действий.</p>
3	Психологическое сопровождение кризисных состояний	<p>Технологии психодиагностики психических и стрессовых состояний, возникающих вследствие кризисных ситуаций.</p> <p>Осознаваемые компоненты психических состояний. Самооценка психических состояний и настроения. Доминирующее и актуальное психическое состояние. Индекс качества жизни, методы определения уровня благополучия личности. Неосознаваемые компоненты психических состояний. Вегетативные проявления психических состояний. Экспрессивный компонент психических состояний. Проективные методы изучения психических состояний. Семантический дифференциал, как способ оценки психических состояний. Построение рельефа психического состояния. Временная перспектива и ее изменения в связи с переживанием травматического стресса. Методы исследования временной перспективы: Методика изучения временной перспективы Ф. Зимбардо, Методика «Линия жизни», Шкала ожидаемой продолжительности жизни DuRant, Шкала безнадежности Бека (ВЕСК), Шкала оценки протяженности субъективной картины будущего Alvos. Семантический дифференциал, как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах. Исследования уровня нервно-психического напряжения. Психодиагностическая методика для определения невротических и неврозоподобных нарушений (ОНР). Исследования степени напряженности, нервно-психической устойчивости, методика «Прогноз». Особенности применения и диагностические возможности методик. Возрастные особенности диагностики психических состояний. Диагностика психических состояний дошкольников: родительская анкета для оценки травматических переживаний детей. Диагностика психических состояний младших школьников. Диагностика психических состояний подростков. Диагностика психических состояний взрослых. Диагностика стресса. Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору). Исследование депрессии, чувства одиночества. Особенности применения и диагностические возможности методик. Тревожность, фрустрация, агрессия. Методы исследования агрессивности. Методы исследования тревожности. Методы исследования фрустрации. Особенности применения и диагностические возможности методик. Эмоциональное выгорание. Понятие профессиональной деформации и личностного роста. Симптомы эмоционального выгорания. Методы измерения стресса и «синдрома выгорания» в профессиональной деятельности. Особенности применения и диагностические возможности методик. Ресурсы личности. Понятие ресурсов личности. Социальные, социально-психологические, индивидуальные ресурсы. Способы исследования ресурсов личности. Роль ресурсов личности в адаптации к кризисным ситуациям. Полуструктурированное интервью для выявления признаков посттравматического стресса у детей (ПВППСД).</p>

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>Опросник выраженности психопатологической симптоматики. Опросник психического состояния для диагностики психических последствий несения службы сотрудниками ОВД в экстремальных условиях. Особенности применения и диагностические возможности методик. Изучение диссоциаций. Опросник травматических ситуаций. Опросник перитравматической диссоциации. Шкала диссоциации.</p> <p>Психологическая помощь при кризисных ситуациях.</p> <p>Процесс психологического консультирования: основные этапы (Кораблина Е.П. и др., 2001; Меновщиков В.Ю., 2000; Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г., 2003). Оценка результативности психологического консультирования, «три вопроса» для исследования изменений. Основные техники терапевтического вмешательства (Ягнюк К. В., 2000; Кораблина Е.П., 2001). Индивидуальный стиль психологического консультирования (Е. Nevis, 1990), блоки креативности консультанта (по Дж. Зинкер). Кризисная интервенция как метод психологической помощи в кризисной ситуации. Модель кризисной эрозии. Цели и задачи кризисной интервенции. Объектом работы при кризисной интервенции. Основные этапы кризисной интервенции. Формы психологической помощи, используемые при работе с кризисными состояниями. Экстренная психологическая помощь: главные принципы, отличия от обычной психологической помощи, цели и задачи. Стрессогенные факторы, вызванные экстремальной ситуацией. Психические реакции при катастрофах. Стадии в динамике состояния людей после психотравмирующих ситуаций (Решетников В.В., 1989). Симптоматика экстремальной ситуации и основные способы экстренной психологической помощи. Дебрифинг как групповая форма кризисной интервенции и мера экстренной психологической помощи. Цель и задачи дебрифинга; особенности проведения. Основные фазы дебрифинга: вводная фаза, фаза описания фактов, фаза описания мыслей, фаза описания переживаний, фаза описания симптомов, фаза обучения, завершающая фаза. Особенности проведения дебрифинга на каждой фазе. Методы самопомощи в кризисных ситуациях: самонаблюдение, ведение дневника, автобиография, релаксация, работа со своими сновидениями, медитация. Факторы суицидальной опасности: 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. Личное отношение консультанта к проблеме умирания и суицида. Консультирование суицидальных клиентов. Консультирование уцелевших после самоубийства. Возможности групповой кризисной психотерапии и реориентационного тренинга. Понятие и виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее. Цикл насилия. Признаки насилия у детей и подростков. Последствия насилия; последствия насилия у детей. Методы психологической помощи пострадавшим от насилия. «Стадии исцеления от насилия» (по С. Брукер). Особенности консультирования жертв семейного и сексуального насилия. Тренинг по ритмо-двигательной терапии и тренинг позитивного восприятия себя и ассертивного поведения в психологическом сопровождении пострадавших от насилия в ситуации моббинга. Понимание жизни и смерти в экзистенциально-гуманистической парадигме. Влияние на личность опыта столкновения со смертью. Особенности психологического сопровождения (консультирования, психотерапии и тренингов) с детьми, пострадавшими от насилия: тренинг саморазвития и самоопределения; консультирование и виды потери.</p> <p>Психологическая помощь умирающим и их родственникам.</p> <p>Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Возможности тренинга по краткосрочной позитивной терапии в психологическом сопровождении</p>

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины
		<p>переживающих утрату. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины. Основные положения и принципы паллиативного ухода. Терминальные состояния как предмет психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания). Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии. Параметры психического статуса больного для оценки возможностей психологического сопровождения (А.В. Гнездилов, 2007). Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову). Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Психотерапия терминальных больных. Психотерапия средой: психотерапевтическая этика хосписной службы, принципы взаимодействия и возможности невербальной терапии, терапия домашними животными. Звукотерапия (в том числе психотерапия посредством колокольного звона) и фитотерапия. Сказко-, театро- и куклотерапия: психотерапевтический театр Комтемук, Доктор-кукла (по А. Греф и Л. Соколовой). Духовный аспект работы с умирающими. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными. Психотерапевтические возможности прощения. Психологическая поддержка родственников терминальных больных до и после смерти больного. Проблема эмоционального сгорания и вторичной травматизации помогающих специалистов. Потребности психологов-консультантов, работающих с кризисными клиентами. Понятие вторичной травмы. Аспекты личности помогающего специалиста, на которые влияет травма. Признаки и оценка вторичной травматизации. Факторы преодоления вторичной травматизации терапевтов (по Ю. Даниелю). Основные направления в психологическом сопровождении и профилактики эмоционального выгорания специалистов. Профессиональные деформации специалистов, помогающих профессий: спасатели, психологи, врачи.</p>

5.2 Занятия лекционного и семинарского типа

5.2.1 Темы лекций

Раздел 1 «Психологическое содержание кризисных ситуаций»

1. Общие сведения о жизненных ситуациях
2. Кризисные ситуации и их предпосылки возникновения

Раздел 2 «Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР»

1. Кризис и его психологическое содержание.
2. Стресс и его психологическое содержание.

Раздел 3 «Психологическое сопровождение кризисных состояний»

1. Технологии психодиагностики психических и стрессовых состояний, возникающих вследствие кризисных ситуаций.
2. Психологическая помощь при кризисных ситуациях.

5.2.2 Вопросы для обсуждения на семинарах и практических занятиях

Раздел 1 «Психологическое содержание кризисных ситуаций»

1. Оптимальные и экстремальные условия обитания.
2. Возникновение экстремальных условий в профессиональной деятельности.
3. Возникновение экстремальных условий в быту.
4. Возникновение экстремальных условий в общении.
3. Когнитивные, ролевые, экзистенциальные и другие типы конфликтов, определяющие экстремальность условий жизни и труда.
4. Катастрофы.
5. Природные бедствия.
6. Войны.
7. Эпидемии.
8. Потерпевшие от насильственных преступлений.
9. Террористические акты.

10. Объективные и субъективные характеристики чрезвычайных ситуаций.
11. Паника как экстремальное состояние.

Раздел 2 «Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР»

1. Критерии диагностики ПТСР по Международной классификации болезней (МКБ 10). Критерии посттравматического стрессового расстройства по DSMIV.
2. Распространенность посттравматических расстройств среди населения.
3. Психодинамическая модель посттравматического стресса.
4. Когнитивные концепции психической травмы.
5. Соотношение последствий посттравматического стресса и психосоциальных условий.
6. Двухфакторная теория возникновения посттравматических стрессовых расстройств.
7. Теория патологических ассоциативных эмоциональных сетей.
8. Мультифакторная концепция посттравматических стрессовых расстройств.
9. Боевая психическая травма. Факторы и механизмы развития боевой психической травмы.
10. Суицидальное поведение как реакция боевого стресса.
11. Аддиктивное поведение.
12. Посттравматические расстройства у жертв преступлений и сексуального насилия.
13. Посттравматические последствия террористической угрозы и ее последствия.
14. Посттравматические стрессовые расстройства у спасателей.
15. Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий.

Раздел 3 «Психологическое сопровождение кризисных состояний»

1. Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе.
2. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату.
3. Возможности тренинга по краткосрочной позитивной терапии в психологическом сопровождении переживающих утрату.
4. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины.
5. Терминальные состояния как предмет психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины.
6. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания).
7. Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии.
8. Параметры психического статуса больного для оценки возможностей психологического сопровождения (А.В. Гнездилов, 2007).
9. Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову).
10. Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Психотерапия терминальных больных.
12. Психотерапия средой: психотерапевтическая этика хосписной службы, принципы взаимодействия и возможности невербальной терапии, терапия домашними животными.
13. Звукотерапия (в том числе психотерапия посредством колокольного звона) и фитотерапия.
14. Сказко-, театро- и куклотерапия: психотерапевтический театр Комтемук, Доктор-кукла (по А. Греф и Л. Соколовой).
15. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными.

5.3 Определение соотношения объема занятий, проведенное путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися по очно-заочной форме

Виды контактной работы	Образовательные технологии		Контактная работа (всего ак.ч.)
	Объем занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися (ак.ч)	Объем занятий с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (ак.ч)	
1	2	3	4
Лекционного типа (лекции)	10	-	10
Семинарского типа (семинар)	6	-	6

Виды контактной работы	Образовательные технологии		Контактная работа (всего ак.ч.)
	Объем занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися (ак.ч)	Объем занятий с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (ак.ч)	
1	2	3	4
дискуссия)			
Семинарского типа (практические занятия)	-	26	26
Семинарского типа (курсовое проектирование (работа))	-	-	-
Семинарского типа (лабораторные работы)	-	-	-
Промежуточная аттестация (экзамен)	2,2	-	2,2
Итого	18,2	26	44,2

Соотношение объема занятий, проводимых путем непосредственного взаимодействия педагогического работника с обучающимися по очно-заочной форме – 41 %

6. Методические указания по освоению дисциплины

6.1 Учебно-методическое обеспечение дисциплины

Методические указания для преподавателя

Изучение дисциплины проводится в форме лекций, практических занятий, организации самостоятельной работы студентов, консультаций. Главное назначение лекции - обеспечить теоретическую основу обучения, развить интерес студентов к учебной деятельности и к изучению конкретной учебной дисциплины, сформировать у обучающихся ориентиры для самостоятельной работы над дисциплиной.

Основной целью практических занятий является обсуждение наиболее сложных теоретических вопросов дисциплины, их методологическая и методическая проработка. Они проводятся в форме опроса, диспута, тестирования, обсуждения докладов и пр.

Самостоятельная работа с научной и учебной литературой дополняется работой с тестирующими системами, тренинговыми программами, информационными базами, образовательным ресурсом электронной информационно-образовательной среды и сети Интернет.

6.2 Методические материалы обучающимся по дисциплине, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности

Методические материалы доступны на сайте «Личная студия» в разделе «Методические указания и пособия».

1. Методические указания «Введение в технологию обучения».
2. Методические указания по проведению учебного занятия «Вебинар».
3. Методические указания по проведению занятия «Семинар-обсуждение устного эссе», «Семинар-обсуждение устного доклада».
4. Методические указания по проведению занятия «Семинар – семинар-ассесмент реферата».
5. Методические указания по проведению занятия «Семинар – ассесмент дневника по физкультуре и спорту».
6. Методические указания по проведению занятия «Семинар – обсуждение реферата».
7. Методические указания по проведению учебного занятия с компьютерным средством обучения «Практическое занятие - тест-тренинг».
8. Методические указания по проведению учебного занятия с компьютерным средством обучения «Практическое занятие - глоссарный тренинг».
9. Методические указания по проведению занятия «Практическое занятие - позетовое тестирование».
10. Положение о реализации электронного обучения, дистанционных образовательных технологий.

11. Методические указания по проведению занятия «Практическое занятие - алгоритмический тренинг».

Указанные методические материалы для обучающихся доступны в Личной студии обучающегося, в разделе ресурсы.

6.3 Особенности реализации дисциплины в отношении лиц из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Студенты с ограниченными возможностями здоровья, в отличие от остальных студентов, имеют свои специфические особенности восприятия и переработки учебного материала.

Подбор и разработка учебных материалов должны производиться с учетом того, чтобы предоставлять этот материал в различных формах так, чтобы инвалиды с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально (например, с использованием программ-синтезаторов речи) или с помощью тифлоинформационных устройств.

Выбор средств и методов обучения осуществляется самим преподавателем. При этом в образовательном процессе рекомендуется использование социально-активных и рефлексивных методов обучения, технологий социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений студентов с ограниченными возможностями здоровья с преподавателями и другими студентами, создания комфортного психологического климата в студенческой группе.

Разработка учебных материалов и организация учебного процесса проводится с учетом следующих нормативных документов и локальных актов образовательной организации:

- Федерального закона от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» // СЗ РФ. 2012. № 53 (ч. 1). Ст. 7598;

- Федерального закона от 24.11.1995 № 181-ФЗ «О социальной защите инвалидов в Российской Федерации» // СЗ РФ. 1995. № 48. Ст. 4563;

- Федерального закона от 03.05.2012 № 46-ФЗ «О ратификации Конвенции о правах инвалидов» // СЗ РФ. 2012. № 19. Ст. 2280;

- Приказа Минобрнауки России от 09.11.2015 № 1309 «Об утверждении Порядка обеспечения условий доступности для инвалидов объектов и предоставляемых услуг в сфере образования, а также оказания им при этом необходимой помощи» // Бюллетень нормативных актов федеральных органов исполнительной власти. 2016. № 4;

- приказа Минобрнауки России от 05.04.2017 № 301 «Об утверждении Порядка организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры» // Зарегистрировано в Минюсте России 14.07.2017 № 47415;

- Методических рекомендаций по организации образовательного процесса для обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья в образовательных организациях высшего образования, в том числе оснащённости образовательного процесса, утвержденных Минобрнауки России 08.04.2014 № АК-44/05вн;

- Положения об организации и осуществлении образовательной деятельности по реализации образовательных программ высшего образования с применением электронного обучения, дистанционных образовательных технологий (локальный нормативный акт утв. приказом АНО ВО ОУЭП от 20.01.2021 № 10;

- Положения об обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5);

- Положения о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5).

- Порядка разработки оценочных материалов и формирования фонда оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации и критерии оценивания при текущем контроле успеваемости (локальный нормативный акт утв. приказом АНО ВО ОУЭП от 20.01.2021 № 10);

- Правил приема на обучение в автономную некоммерческую организацию высшего образования «Открытый университет экономики, управления и права» (АНО ВО ОУЭП) по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата и магистратуры на 2021-2022 учебный год (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5);

- Положения об экзаменационной комиссии (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5).

- Правил подачи и рассмотрения апелляций по результатам вступительных испытаний (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5);

- Положения о разработке и реализации адаптированных учебных программ АНО ВО ОУЭП (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Студенческим советом протокол от 20.01.2021 № 13 и Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5);

- Положения об организации обучения обучающихся по индивидуальному учебному плану (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5);

- Положения об оказании платных образовательных услуг для лиц с ограниченными возможностями (локальный нормативный акт утв. приказом от 20.01.2021 № 10. Рассмотрено и одобрено Ученым советом АНО ВО ОУЭП, протокол от 20.01.2021 № 5).

В соответствии с нормативными документами инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья по зрению имеют право присутствовать на занятиях вместе с ассистентом, оказывающим обучающемуся необходимую помощь; инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья по слуху имеют право на использование звукоусиливающей аппаратуры.

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

- проведение аттестации для инвалидов в одной аудитории совместно с обучающимися, не являющимися инвалидами, если это не создает трудностей для инвалидов и иных обучающихся при прохождении государственной итоговой аттестации;

- присутствие в аудитории ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся инвалидам необходимую техническую помощь с учетом их индивидуальных особенностей (занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, общаться с экзаменатором);

- пользование необходимыми обучающимся инвалидам техническими средствами при прохождении аттестации с учетом их индивидуальных особенностей;

- обеспечение возможности беспрепятственного доступа обучающихся инвалидов в аудитории, туалетные и другие помещения, а также их пребывания в указанных помещениях.

По письменному заявлению обучающегося инвалида продолжительность сдачи обучающимся инвалидом 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.

В зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся с ограниченными возможностями здоровья организация обеспечивает выполнение следующих требований при проведении аттестации:

а) для слепых:

- задания и иные материалы для сдачи экзамена оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением для слепых, либо зачитываются ассистентом;

- письменные задания выполняются обучающимися с использованием клавиатуры с азбукой Брайля, либо надиктовываются ассистенту;

б) для слабовидящих:

- задания и иные материалы для сдачи экзамена оформляются увеличенным шрифтом и\или использованием специализированным программным обеспечением Jaws;

- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;

- при необходимости обучающимся предоставляется увеличивающее устройство, допускается использование увеличивающих устройств, имеющихся у обучающихся;

в) для глухих и слабослышащих, с тяжелыми нарушениями речи:

- имеется в наличии информационная система "Исток" для слабослышащих коллективного пользования;

- по их желанию испытания проводятся в электронной или письменной форме;

г) для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- тестовые и тренировочные задания по текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации выполняются обучающимися на компьютере через сайт «Личная студия» с использованием электронного обучения, дистанционных технологий;

- для обучения лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата используется электронный образовательный ресурс, электронная информационно-образовательная среда;

- по их желанию испытания проводятся в устной форме.

О необходимости обеспечения специальных условий для проведения аттестации 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).

6.4 Методические рекомендации по самостоятельной работе студентов

Цель самостоятельной работы - подготовка современного компетентного специалиста, формирование у него 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 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 его ответственность за планирование, реализацию и оценку результатов учебной деятельности. Процесс освоения знаний при самостоятельной работе не обособлен от других форм обучения.

Самостоятельная работа должна:

- быть выполнена индивидуально (или являться частью коллективной работы). В случае, когда самостоятельная работа подготовлена в порядке выполнения группового задания, в работе делается соответствующая оговорка;
- 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 в логической последовательности: титульный лист, оглавление, основная часть, заключение, выводы, список литературы, приложения,
- 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).

6.4.1 Формы самостоятельной работы обучающихся по разделам дисциплины

Раздел 1 «Психологическое содержание кризисных ситуаций»

Темы устного эссе

1. Понятие ситуации в психологии. Эмпирическое исследование влияния ситуации на поведение человека. Взаимосвязь личности и ситуации.
2. Понятие экстремальной ситуации в психологии. Уровни экстремальности. Экстремальные ситуации антропогенного или социального характера.
3. Классификации экстремальных ситуаций в психологии (Ю.А. Александровский, Н.Н. Пуховский, Н.Г. Осухова, В.С. Чудновский и Н.Ф. Чистяков и др.).
4. Проблема исследования экстремальных ситуаций в отечественной и зарубежной психологии (Ф.Е. Василюк, Н.Г. Осухова, М.М. Решетников и др.).
5. Типология критических ситуаций по Ф.Е. Василюку.
6. Современная проблема психической травмы в работе М.М. Решетникова «Психическая травма» (2006 г.).
7. Переживание кризиса в работе Ф.Е. Василюка «Психология переживаний», «Пережить горе».
8. Понятие, формы диссоциации.
9. Психосоматические расстройства. Причины и механизмы возникновения, разновидности психосоматических расстройств.
10. Невроз, понятие, основные критерии. Формы неврозов.
11. Личностный кризис. Суицид. Виды суицидального поведения.
12. Особенности личности суицидентов.
13. Эмоциональное состояние человека в период кризиса.
14. Гендерные особенности протекания кризиса.
15. Типы ситуационных реакций на стресс.
16. Детерминанты ситуационных реакций на стресс.
17. Типы жизненных кризисов.
18. Возрастные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса.
19. Профессиональные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса.
20. Потеря близкого человека, утрата.

Раздел 2 «Научно-теоретические основы учений о кризисе, стрессе и ПТСР»

Темы рефератов

1. Психология экстремальной ситуации с позиции теории стресса.
2. Роль личностных факторов в преодолении экстремальных ситуаций.
3. Роль личностного адаптационного потенциала в процессе социально-психологической адаптации человека к экстремальным ситуациям.
4. Типичные психические состояния человека в экстремальной ситуации.
5. Динамика аффективных реакций и поведения человека в зоне экстремальных ситуаций.
6. Фрустрационная регрессия.
7. Совладание с трудными жизненными ситуациями.
8. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, стадии формирования.
9. Особенности ПТСР у детей.
10. Основные задачи психотерапевтической помощи при работе с горем.
11. Психологическая помощь ребенку, пережившему горе.
12. Работа с детьми с онкологической патологией и их семьями на различных фазах заболевания.
13. Переживание перинатальной потери, психологическая помощь.
14. Использование гештальт-подхода и экзистенциальной психотерапии при работе с переживанием утраты, страхами.
15. Уровни психической дезадаптации.
16. Психогенные расстройства.
17. «Застревающие» реакции утраты.
18. Формы осложненного горя.
19. Семейные кризисы и развод как утрата семьи.
20. Известие об измене или разводе: восприятие супругом, череда развития реакции.
21. Типы реакции детей на развод.
22. Болезнь как потеря здоровья, структура внутренней картины болезни (уровни).
23. Типы отношения к болезни.
24. Катастрофы и ЧС как причины психологической травмы.
25. Война как источник травмы.
26. Насилие как причина психологической травмы.

7. Фонд оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

7.1. Система оценивания результатов текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации, а также критерии выставления оценок, описание шкал оценивания

Критерии и описание шкал оценивания приведены в Порядке разработки оценочных материалов и формирования фонда оценочных материалов для проведения промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации и критерии оценивания при текущем контроле успеваемости (локальный нормативный акт утв. приказом АНО ВО ОУЭП 20.01.2021 № 10)

№ п/п	Наименование формы проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации	Описание показателей оценочного материала	Представление оценочного материала в фонде	Критерии и описание шкал оценивания (шкалы: 0 – 100%, четырехбалльная, тахометрическая)
1	Глоссарный тренинг (ГТ)	Учебное занятие с применением технических средств с целью усвоения понятий и терминов (глоссария).	Комплект заданий для работы по усвоению научного аппарата дисциплины	- от 0 до 49,9% выполненного задания - не зачтено; - 50% до 100% выполненного задания - зачтено.
2	Экзамен	1-я часть экзамена: выполнение обучающимися практико-ориентированных заданий (аттестационное испытание промежуточной аттестации, проводимое устно с использованием телекоммуникационных технологий)	Практико-ориентированные задания	Критерии оценивания преподавателем практико-ориентированной части экзамена: – соответствие содержания ответа заданию, полнота раскрытия темы/задания (оценка соответствия содержания ответа теме/заданию);

				<p>– умение проводить аналитический анализ прочитанной учебной и научной литературы, сопоставлять теорию и практику;</p> <p>– логичность, последовательность изложения ответа;</p> <p>– наличие собственного отношения обучающегося к теме/заданию;</p> <p>– аргументированность, доказательность излагаемого материала.</p> <p><i>Описание шкалы оценивания практико-ориентированной части экзамена</i></p> <p>Оценка «отлично» выставляется за ответ, в котором содержание соответствует теме или заданию, обучающийся глубоко и прочно усвоил учебный материал, последовательно, четко и логически стройно излагает его, демонстрирует собственные суждения и размышления на заданную тему, делает соответствующие выводы; умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами применения знаний, не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, приводит материалы различных научных источников, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения задания, показывает должный уровень сформированности компетенций.</p> <p>Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если ответ соответствует и раскрывает тему или задание, показывает знание учебного материала, грамотно и по существу излагает его, не допуская существенных неточностей при выполнении задания, правильно применяет теоретические положения при выполнении задания, владеет необходимыми навыками и приемами его выполнения, однако испытывает небольшие</p>
--	--	--	--	---

			<p>затруднения при формулировке собственного мнения, показывает должный уровень сформированности компетенций.</p> <p>Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если ответ в полной мере раскрывает тему/задание, обучающийся имеет знания только основного материала, но не усвоил его деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушения логической последовательности в изложении учебного материала по заданию, его собственные суждения и размышления на заданную тему носят поверхностный характер.</p> <p>Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если не раскрыта тема, содержание ответа не соответствует теме, обучающийся не обладает знаниями по значительной части учебного материала и не может грамотно изложить ответ на поставленное задание, не высказывает своего мнения по теме, допускает существенные ошибки, ответ выстроен непоследовательно, неаргументированно.</p> <p>Итоговая оценка за экзамен выставляется преподавателем в совокупности на основе оценивания результатов электронного тестирования обучающихся и выполнения ими практико-ориентированной части экзамена</p>
	2-я часть экзамена: выполнение электронного тестирования (аттестационное испытание промежуточной аттестации с использованием информационных тестовых систем)	Система стандартизированных заданий (тестов)	<p><i>Описание шкалы оценивания электронного тестирования:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> – от 0 до 49,9 % выполненных заданий – неудовлетворительно; – от 50 до 69,9% – удовлетворительно; – от 70 до 89,9% – хорошо; – от 90 до 100% – отлично

7.2. 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

Раздел 1

Задание

Установите соответствие между профессиональными терминами и их определениями:	
Дистресс	отрицательное влияние стресса на деятельность человека, вплоть до ее полной дезорганизации, отрицательное функциональное состояние, неспецифические реакции организма на критические ситуации, сопровождающиеся грубыми нарушениями адаптации, контроля личности и приводящие к истощению.
Жизненный смысл	врожденная мотивационная тенденция, присущая всем людям и являющаяся основным двигателем поведения и развития личности.
Защита психологическая	саморегуляционный психологический механизм преднамеренного подсознательного ограждения сознания человека от травмирующей его информации и ситуации.
Изоляция экзистенциальная	переживание глубокой пропасти между собой и другими, отдаленность.
Кризис	состояние, при котором невозможно дальнейшее функционирование личности в рамках прежней модели поведения, даже если она целиком устраивала данного человека. Кризисы психологического состояния проявляются в стрессах, страхах, чувстве неуверенности и проч.
Жизненные события, ведущие к кризису	события, создающие потенциальную или активную угрозу удовлетворению фундаментальных потребностей и ставящие перед человеком проблему, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в короткое время и привычным способом.
Кризисы внешние	экстремальные кризисные ситуации, обладающие мощным негативным последствием, ситуации угрозы жизни для самого себя или значимых близких (в качестве стрессора в которых выступают внешние травматические события).
Кризисы внутренние	трансформационные: возрастные, жизненные и экзистенциальные, т. е. кризисы, причиной которых является естественное развитие.
Кризис личностный	психологическое состояние максимальной дезинтеграции (на внутриспсихическом уровне) и дезадаптации (на социально-психологическом уровне) личности, выражающееся в потере основных жизненных ориентиров (ценностей, базовой мотивации, поведенческих паттернов) и возникающее в результате препятствий в привычном течении жизни субъекта, что приводит к девиантному поведению, нервно-психическим и психосоматическим расстройствам.
Кризис лишения	наиболее частый тип, связанный с утратой близкого человека.
Кризис психосоциальный	критический период в жизни индивидуума, обусловленный физиологическим созреванием и социальными требованиями; может завершиться как позитивно, так и негативно.
Кризис ситуационный	некая утрата, не связанная с потерей близкого человека.
Кризисы становления	психологические кризисы, оказываясь перед необходимостью выдержать новые испытания, связанные с взрослением и достижением социальной зрелости.
Невроз	обратимое расстройство психической деятельности, при котором человек сохраняет критическое отношение к болезни и не утрачивает способности руководить своим поведением.
Нервно-психическая неустойчивость	склонность к срывам нервной системы при значительном психическом и физическом напряжении.
Психическая адаптация	процесс установления оптимального соответствия личности и окружающей среды в ходе осуществления свойственной человеку деятельности.
Психопрофилактика стресса	комплекс мероприятий психологического характера, направленных на предотвращение возникновения и развития стресса, на улучшение психического состояния человека.
Психосоциальные факторы	глобальный термин, охватывающий и социальные, и психологические факторы.
Регрессия поведения	форма защитной реакции индивида при переживании им фрустрации, состоящая в замене значимой для него сложной задачи, решение которой затруднено в сложившейся ситуации, на более легкую.
Смысл личностный	индивидуализированное отражение действительного отношения личности к тем объектам, ради которых разворачивается ее деятельность, осознаваемое как «значение — для — меня», усваиваемых субъектом безличных знаний о мире, включающих понятия, умения, действия и поступки, совершаемые людьми, социальные нормы, роли, ценности и идеалы.

Раздел 2
Задание

Установите соответствие между профессиональными терминами и их определениями:	
Смысл личностный	индивидуализированное отражение действительного отношения личности к тем объектам, ради которых разворачивается ее деятельность, осознаваемое как «значение — для — меня», усваиваемых субъектом безличных знаний о мире, включающих понятия, умения, действия и поступки, совершаемые людьми, социальные нормы, роли, ценности и идеалы.
Жизненный смысл	врожденная мотивационная тенденция, присущая всем людям и являющаяся основным двигателем поведения и развития личности.
Защита психологическая	саморегуляционный психологический механизм преднамеренного подсознательного ограждения сознания человека от травмирующей его информации и ситуации.
Защитный механизм	совокупность бессознательных реакций, с помощью которых человек оберегает себя от психологических травм и неприятных переживаний, «защищаясь» против осведомленности о том, что вызывает страх, тревогу, стыд, беспокойство и т.д., стремясь вместе с тем сохранить в целостности ложившийся «Я» — образ. Среди десятков изученных З.м., наиболее часто рассматриваются: «вытеснение», «замещение», «регрессия», «рационализация» и «проекция».
Психологические механизмы	научно доказанная и образно метафорически представленная последовательность проявления психических явлений, отражающая их взаимодействие и преобразования от причины к следствию и наоборот.
Стресс	комплекс биохимических, физиологических, психологических, поведенческих реакций человека на разнообразные экстремальные воздействия (стрессоры). Стресс может оказывать как положительное, мобилизующее, так и отрицательное влияние на психику (дистресс), вплоть до её полной дезорганизации.
Стрессор	фактор, вызывающий состояния стресса. Обычно выделяются: «физиологические стрессоры» — чрезмерная физическая нагрузка, высокая и низкая температура, болевые стимулы, затрудненность дыхания и пр.; «психические стрессоры» — угрозы, опасности, обиды, информационные перегрузки и т.д.
Акцентуация характера	чрезмерное усиление и выраженность отдельных черт характера или их сочетаний. Неустойчивость настроения, конфликтность, повышенная обидчивость и т.п., на фоне повышенной уязвимости личности в отношении ряда психотравмирующих факторов.
Эмоциональное выгорание	выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций в ответ на выбранные психотравмирующие воздействия.
Травматический стресс	стресс высокой интенсивности, сопровождающийся переживаниями сильного страха, ужаса и беспомощности.
Страх	примитивная интенсивная эмоция, развивающаяся на реальную или воображаемую угрозу и сопровождающаяся физиологическими реакциям, являющимися результатом активации вегетативной нервной системы, и защитным поведением в форме избегания.
Посттравматические стрессовые расстройства	непсихотическая отсроченная реакция в ответ на травматический стресс, способный вызвать психосоматические нарушения в организме. Посттравматические стрессовые расстройства развиваются у определенного количества людей, перенесших тяжелый стресс в результате экстремальной ситуации глобального или личного характера.
Психотравмирующая ситуация	ситуация, которая возникает под воздействием на индивида раздражителей, вызывающих угрозу здоровью, жизни, значимым ценностям, личностным границам.
Психосоциальные факторы	глобальный термин, охватывающий и социальные, и психологические факторы.
Страдание	способ переработки негативного, трагического для данной личности события.
Тревога	эмоциональное состояние человека, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий.
Экзистенциальный вакуум	состояние, которое возникает у человека при отсутствии смысла существования. Именно отсутствие смысла является причиной, порождающей в широких масштабах специфические «ноогенные неврозы».
Кризис	состояние, при котором невозможно дальнейшее функционирование личности в рамках прежней модели поведения, даже если она целиком устраивала данного человека. Кризисы психологического состояния проявляются в стрессах, страхах, чувстве неуверенности и прочее.

Регрессия поведения	форма защитной реакции индивида при переживании им фрустрации, состоящая в замене значимой для него сложной задачи, решение которой затруднено в сложившейся ситуации, на более легкую.
Жизненные события, ведущие к кризису	события, создающие потенциальную или активную угрозу удовлетворению фундаментальных потребностей и ставящие перед человеком проблему, от которой он не может уйти и которую не может разрешить в короткое время и привычным способом.

Раздел 3

Задание

Установите соответствие между профессиональными терминами и их определениями:	
Психологическое сопровождение	система профессиональной деятельности психолога, направленная на создание социально-психологических условий для успешного обучения и психического развития ребенка в условиях школьного взаимодействия.
Копинг-стратегии	стратегии действий, предпринимаемых человеком в ситуациях психологической угрозы. В частности, в условиях приспособления к болезни, физическому, личностному и социальному благополучию.
Работа скорби	внутрипсихический процесс, наступающий вслед за утратой объекта привязанности; в ходе этого процесса субъекту удается постепенно отстраниться от своего объекта.
Защитный механизм	совокупность бессознательных реакций, с помощью которых человек оберегает себя от психологических травм и неприятных переживаний, «защищаясь» против осведомленности о том, что вызывает страх, тревогу, стыд, беспокойство и т.д., стремясь вместе с тем сохранить в целостности ложившийся «Я» — образ. Среди десятков изученных З.м., наиболее часто рассматриваются: «вытеснение», «замещение», «регрессия», «рационализация» и «проекция».
Психологические механизмы	научно доказанная и образно метафорически представленная последовательность проявления психических явлений, отражающая их взаимодействие и преобразования от причины к следствию и наоборот.
Стресс	комплекс биохимических, физиологических, психологических, поведенческих реакций человека на разнообразные экстремальные воздействия (стрессоры). Стресс может оказывать как положительное, мобилизующее, так и отрицательное влияние на психику (дистресс), вплоть до её полной дезорганизации.
Стрессор	фактор, вызывающий состояния стресса. Обычно выделяются: «физиологические стрессоры» — чрезмерная физическая нагрузка, высокая и низкая температура, болевые стимулы, затрудненность дыхания и пр.; «психические стрессоры» — угрозы, опасности, обиды, информационные перегрузки и т.д.
Психическая саморегуляция	произвольное и целенаправленное изменение отдельных психофизиологических функций и психического состояния в целом, которое осуществляется самим субъектом путем специально организованной психической активности.
Профессиональный спасатель	человек, который всех утешает, всем приходит на помощь, даже тогда, когда его об этом никто не просит.
Травматический стресс	стресс высокой интенсивности, сопровождающийся переживаниями сильного страха, ужаса и беспомощности.
Профессиональная жертва	пострадавший, который начинает получать психологические (а иногда и материальные) выгоды от того, что он пострадал.
Посттравматические стрессовые расстройства	непсихотическая отсроченная реакция в ответ на травматический стресс, способный вызвать психосоматические нарушения в организме. Посттравматические стрессовые расстройства развиваются у определенного количества людей, перенесших тяжелый стресс в результате экстремальной ситуации глобального или личного характера.
Психотравмирующая ситуация	ситуация, которая возникает под воздействием на индивида раздражителей, вызывающих угрозу здоровью, жизни, значимым ценностям, личностным границам.
Парасуицид	акт намеренного самоповреждения, не приведший к смерти.
Психическая травма	вред, нанесенный психике человека, оказавшегося в экстремальной ситуации, испытавшего угрозу жизни, здоровья, благополучия, своего или близких ему людей.
Поственция	процесс помощи семье и друзьям после суицида близкого человека.
Логотерапия	метод психотерапии, созданный В. Франклом (от древнегр. logos — смысл), который занимается смыслом человеческого существования и поисками этого смысла.
Кризис	состояние, при котором невозможно дальнейшее функционирование личности в рамках прежней модели поведения, даже если она целиком устраивала данного

	человека. Кризисы психологического состояния проявляются в стрессах, страхах, чувстве неуверенности и прочее.
Медитация	один из приемов психорегулирующей тренировки, заключающийся в интенсивном, проникающем вглубь размышлении, погружении умом в некоторый предмет или идею, которое достигается путем сосредоточенности на них и устранении всех факторов, рассеивающих внимание.
Дебрифинг	метод работы с групповой психической травмой, форма кризисной интервенции, особо организованная и четко структурированная работа в группах с людьми, совместно пережившими катастрофу.

ПРАКТИКО-ОРИЕНТИРОВАННАЯ ЧАСТЬ ЭКЗАМЕНА

Вариант 1.

Обладая способностью к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, опишите особенности психологической помощи при переживании перинатальной потери.

Вариант 2.

Демонстрируя способность к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, раскройте основные задачи психотерапевтической помощи при работе с горем.

Вариант 3.

Демонстрируя способность к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, опишите групповую работу с детьми, пережившими насилие.

Вариант 4.

Обладая способностью к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, опишите психологическую помощь при кризисах семейной жизни.

Вариант 5.

Применяя способность к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, раскройте специфику оказания психологической помощи безработным.

Вариант 6.

Обладая способностью к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, дайте характеристику психологической помощи военнослужащим, уволенным в запас и отставку в период кризиса адаптации к жизни.

Вариант 7.

Демонстрируя способность к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, раскройте содержание методов психологического воздействия при оказании психологической помощи человеку в период кризиса.

Вариант 8.

Обладая способностью к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, опишите техники консультирования при оказании психологической помощи человеку в период кризиса.

Вариант 9.

Применяя способность к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, раскройте специфику методики проведения дебрифинга.

Вариант 10.

Обладая способностью к осуществлению мероприятий, ориентированных на сохранение и укрепление психологического благополучия личности, группы в процессе жизнедеятельности, опишите особенности адаптации человека к экстремальным ситуациям.

ПЕРЕЧЕНЬ ЭКЗАМЕНАЦИОННЫХ ВОПРОСОВ

1. Кризис в переводе с греческого языка обозначает:
 - а) конец;
 - б) поворотный пункт;
 - в) обновления;
 - г) путь.

2. Какой нормативный кризис Л.С. Выготский назвал истинным переломом развития:
 - а) кризис новорожденности;
 - б) кризис подросткового возраста;
 - в) кризис 3-х лет;
 - г) кризис 7-ми лет.

3. Тип кризиса, возникающий в результате неблагоприятного стечения обстоятельств:
 - а) кризис новорожденности;
 - б) кризис подросткового возраста;
 - в) кризис адаптации;
 - г) ненормативный кризис.

4. Кому принадлежат слова: «Негативное содержание развития в кризисные периоды является только обратной или теневой стороной позитивных изменений личности...».
 - а) Э. Эриксон;
 - б) Л.С. Выготский;
 - в) Ф.Е. Василюк;
 - г) С.Л. Рубинштейн.

5. Количество стадий переживания кризиса по Дж Кульбергу:
 - а) 3 стадии;
 - б) 4 стадии;
 - в) 6 стадий;
 - г) 5 стадий.

6. Основной прием дебрифинга:
 - а) реструктурирование;
 - б) внушение;
 - в) убеждение;
 - г) беседа.

7. Танатология это:
 - а) наука о любви;
 - б) наука о смерти;
 - в) наука о любви;
 - г) наука о ведение бизнеса.

8. Назовите основной подход в определении детерминант поведения человека в трудной жизненной ситуации:
 - а) адаптационный;
 - б) персонологический;
 - в) личностно-ситуационный;
 - г) биологический.

9. Цель социально-психологической помощи человеку в трудной жизненной ситуации:
 - а) изменение себя;
 - б) изменение окружающей среды;
 - в) изменение Других людей;
 - г) изменение среды внутри себя.

10. Начало представлений о психологии повседневной жизни заложил:
 - а) Э. Эриксон;
 - б) З. Фрейд;
 - в) Ф.Е. Василюк;
 - г) С.Л. Рубинштейн.

11. Назовите отличительный признак обыденной жизненной ситуации:

- а) периодичность;
- б) стагнация;
- в) реорганизация;
- г) типизация.

12. Ситуация обыденной жизни, объективно нарушающая жизнедеятельность человека, которую он не может преодолеть самостоятельно:

- а) экстремальная;
- б) трудная;
- в) обыденная;
- г) чрезвычайная.

13. Особенности личности, влияющие на восприятие ситуации как трудной жизненной по К. Роджерсу и В.Н. Мясищеву:

- а) пол;
- б) мировоззрение;
- в) принятие себя и других, доверие себе;
- г) локус контроля.

14. Тип критической ситуации по Ф.Е. Василюку, возникающий вследствие неудовлетворенности основных жизненных потребностей:

- а) стресс;
- б) кризис;
- в) конфликт;
- г) фрустрация.

15. Использование воли человека в ситуации, которая предполагает сконцентрированность и контроль над собой, – это:

- а) психологическая защита;
- б) совладание;
- в) переживание;
- г) фрустрация.

16. Перечислите активную форму совладания со стрессом:

- а) преодоление;
- б) приспособление;
- в) переживание;
- г) адаптация.

17. Форма психогении, вызываемая хронической травмой:

- а) реактивная депрессия;
- б) аффективно-шоковый психоз;
- в) невроз;
- г) реактивный параноид.

18. Основная составляющая картины острого горя:

- а) физические страдания;
- б) успокоение;
- в) переживание;
- г) приспособление.

19. Чрезвычайная ситуация – это:

а) внезапно возникающее исключительное событие в жизни общества, приводящее к гибели и травматизации большого количества людей, источник угрозы которого обезличен;

б) ситуация, приводящая к нарастанию нервно-психического напряжения вследствие невозможности ее самостоятельного преодоления, источником травматизации которой выступает другой человек;

в) ситуация, резко изменяющая образ жизни человека, вызывающая необходимость в выработке новых взглядов на жизнь и ценностно-смысловых ориентаций;

г) ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные

жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности, выработанных в предыдущие периоды жизни.

20. Вторая стадия горя – это:

- а) шок;
- б) принятие;
- в) гнев;
- г) адаптация.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Рекомендуемая литература

Основная литература

1. Обухова, Ю. В. Практическая психология личности: драматические и игровые техники в работе психолога / Ю. В. Обухова. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2018. — 124 с. — ISBN 978-5-9275-2568-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87471.html>

2. Абаева, И. В. Психологическая поддержка детей и взрослых при переживании стресса и кризисных ситуаций : учебно-методическое пособие / И. В. Абаева. — Владикавказ : Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2017. — 125 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/73814.html>

Дополнительная литература

1. Козлов, В. В. Психология кризиса / В. В. Козлов. — Саратов : Вузовское образование, 2014. — 386 с. — ISBN 2227-8397. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/18954.html>

8.2. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

- <http://www.voppsy.ru/> - сайт журнала «Вопросы психологии»;
- <http://www.ipras.ru/08.shtml> - сайт Института психологии РАН, журнал «Психологический журнал»;
- <http://www.psy.msu.ru/links/index.html> - сайт психологического факультета МГУ «Психология в Интернете»;
- <http://www.psychology.ru/> - сайт «Psychology.ru» (библиотека, тесты, ссылки);
- <http://psystudy.ru/> - сайт журнала «Психологические исследования»: электронное периодическое издание;
- http://psyjournals.ru/journal_catalog/ - портал психологических изданий.
- <http://www.biblioclub.ru/> Университетская библиотека. Электронная библиотека для студентов, сотрудников библиотек, специалистов-гуманитариев;
- <http://elibrary.ru/> e-Library.ru: Научная электронная библиотека;
- <http://cyberleninka.ru/> Научная электронная библиотека «КиберЛенинка»;
- <http://www.benran.ru/> Библиотека по естественным наукам РАН.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине представлено в приложении 8 «Сведения о материально-техническом обеспечении программы высшего образования – программы бакалавриата направления подготовки 37.03.01 "Психология".

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Программное обеспечение АНО ВО ОУЭП, 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 (в том числе отечественного производства):
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;
Научная электронная библиотека. <http://elibrary.ru>
Электронно-библиотечная система IPRbooks (ЭБС IPRbooks) – электронная библиотека по всем отраслям знаний
<http://www.iprbookshop.ru>
Современные профессиональные базы данных:
Флогистон: Психология из первых рук <http://flogiston.ru/>
Психология от А до Я <http://psyznaiyka.net/>
Информационно-справочные системы:
Справочно-правовая система «Гарант»;
Справочно-правовая система «Консультант Плюс».