

**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Мордовский государственный педагогический университет имени М. Е. Евсевьева»**

Факультет психологии и дефектологии

Кафедра психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Психология кризисных состояний и кризисной помощи**

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль подготовки: Психология образования

Форма обучения: Очная

Разработчики:

Новиков П. В., доцент кафедры психологии,

Кечина М. А., старший преподаватель кафедры психологии

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры, протокол № 7 от 12.02.2021 года

Зав. кафедрой \_\_\_\_\_  Варданын Ю. В.

## **1. Цель и задачи изучения дисциплины**

Цель изучения дисциплины - теоретическая и практическая подготовка бакалавров к профессиональной деятельности по определению, выявлению кризисных состояний и оказанию психологической кризисной помощи по выходу из этих состояний

Задачи дисциплины:

- раскрыть теоретико-методологические основы психологии кризисных ситуаций;
- ознакомить с типологией кризисных состояний и ситуаций;
- сформировать представления об основных направлениях психологической помощи, используемых в кризисных и чрезвычайных ситуациях;
- способствовать формированию у студентов психологической готовности к оказанию психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях;
- сформировать способность определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.

В том числе воспитательные задачи:

- формирование мировоззрения и системы базовых ценностей личности;
- формирование основ профессиональной культуры обучающегося в условиях трансформации области профессиональной деятельности.

## **2 Место дисциплины в структуре ОПОП ВО**

Дисциплина К.М.09.02 «Психология кризисных состояний и кризисной помощи» относится к обязательной части учебного плана.

Дисциплина изучается на 4 курсе, в 8 семестре.

Для изучения дисциплины требуется: знание особенностей общей и экспериментальной психологии, социальной психологии, психологии развития, методологии и методов психологического исследования, психологии дошкольного возраста, психологии и педагогики младшего школьного возраста, возрастной психологии взрослых, развитие психологической безопасности субъектов образования, методология и технологии психолого-педагогического тренинга, психолого-педагогические технологии работы с подростками.

Изучению дисциплины К.М.09.02 «Психология кризисных состояний и кризисной помощи» предшествует освоение дисциплин (практик):

Б1.О.03.01 Общая и экспериментальная психология.

Б1.О.03.04 Социальная психология.

Б1.О.03.03 Психология развития.

К.М.08.03(У) Учебная (научно-исследовательская работа (получение первичных навыков научно-исследовательской работы)) практика.

К.М.04.01 Психология детей младшего школьного возраста.

К.М.05.01 Психология подросткового возраста.

К.М.10.01 Развитие психологической безопасности субъектов образования.

К.М.05.02 Психолого-педагогические технологии работы с подростками.

К.М.05.03 Психология юношества и особенности работы психолога с молодежью.

Освоение дисциплины К.М.09.02 «Психология кризисных состояний и кризисной помощи» является необходимой основой для последующего изучения дисциплин (практик):

К.М.09.ДВ.01.01 Психология детско-родительских отношений.

К.М.09.ДВ.01.02 Социально-психологическая помощь семье и ребенку.

К.М.10.ДВ.03.01 Психологическое сопровождение детей, оставшихся без попечения родителей.

К.М.10.ДВ.03.02 Психологическая помощь детям, попавшим в трудные жизненные ситуации;

Область профессиональной деятельности, на которую ориентирует дисциплина «Психология кризисных состояний и кризисной помощи», включает:

01 Образование и наука;

03 Социальное обслуживание.

Типы задач и задачи профессиональной деятельности, к которым готовится обучающийся, определены учебным планом.

## **3 Требования к результатам освоения дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся

ресурсов и ограничений.

<b>Компетенция в соответствии ФГОС ВО</b>	
<b>Индикаторы достижения компетенций</b>	<b>Образовательные результаты</b>
<b>УК-2. Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений.</b>	
УК-2.1 Формулирует в рамках поставленной цели совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение. Определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психологические феномены, категории, методы изучения кризисных состояний;</li> <li>- факторы риска развития кризисных состояний;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- проектировать программы психологической помощи индивиду в кризисном состоянии;</li> <li>- планировать психодиагностические обследования и реализовывать психокоррекционные, и психопрофилактические мероприятия с индивидами, находящимися в кризисном состоянии;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик для выявления проблем личности, находящейся в кризисном состоянии;</li> <li>- технологиями оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных ситуациях.</li> </ul>
УК-2.2 Проектирует решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в области оказания помощи в кризисных состояниях;</li> <li>- основные формы и систематику психогенных реакций и расстройств, связанных с кризисным состоянием;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях в кризисных состояниях;</li> <li>- профессионально воздействовать на уровень развития личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования индивида в целях профилактики кризисных состояний;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами психологического сопровождения личности взрослых и детей в кризисном состоянии;</li> <li>- техниками работы с группами в кризисных и чрезвычайных ситуациях.</li> </ul>
УК-2.3 Качественно решает конкретные задачи (исследования, проекта, деятельности) за установленное время.	<p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- алгоритм оказания экстренной психологической помощи в кризисных состояниях;</li> <li>- психологические феномены, категории, методы изучения кризисных состояний;</li> </ul> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- решать новые, нестандартные задачи, связанные с психокоррекционной работы в соответствии с особенностями личности;</li> <li>- решать задачи диагностического характера;</li> </ul> <p>владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- методами и методиками диагностики кризисных ситуаций;</li> <li>- общими способами решения профессиональных задач.</li> </ul>

#### 4 Объем дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Всего часов	Восьмой семестр
<b>Контактная работа (всего)</b>	<b>60</b>	<b>60</b>
Лекции	30	30
Практические	30	30
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>12</b>	<b>12</b>
<b>Виды промежуточной аттестации</b>	<b>36</b>	<b>36</b>
Экзамен	36	36
<b>Общая трудоемкость часы</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>Общая трудоемкость зачетные единицы</b>	<b>3</b>	<b>3</b>

#### 5 Содержание дисциплины

##### 5.1 Содержание разделов дисциплины

###### Раздел 1. Теоретические основы психологии кризисных состояний:

Введение в дисциплину «Психология кризисных состояний и кризисной помощи». Понятия кризиса, модели кризиса. Классификация кризисов. Основные правила осуществления кризисной психологической помощи.

Понятие стресса, стадии развития стресса. Виды. Посттравматическое стрессовое расстройство. Болезнь как экстремальная ситуация. Суицид как форма кризисного реагирования детей и подростков. Насилие как кризисная ситуация. Классификация насилия. Психологические последствия насилия у детей и взрослых.

**Раздел 2. Технологии оказания психологической помощи в кризисных состояниях:** Экстренная психологическая помощь. Классификация экстремальных ситуаций. Факторы экстремальной ситуации.

Техники экстренной психологической помощи. Основные направления психологической помощи пострадавшим детям и их родителям. Методы психокоррекционной работы с детьми в кризисных ситуациях.

Горе, скорбь, и тяжелая утрата: характеристика состояний, психологическая помощь. Технология психологической работы с детьми, пострадавшими от насилия. Консультирование детей – жертв насилия. Системный подход в психологической помощи детям и членам их семьи. Игровая семейная психотерапия.

Экстренная психологическая помощь при суицидальном поведении в детском и подростковом возрасте.

##### 5.2 Содержание дисциплины: Лекции (30 ч.)

###### Раздел 1. Теоретические основы психологии кризисных состояний (16 ч.)

Тема 1. Введение в психологию кризисных состояний (2 ч.)

Введение в дисциплину «Психология кризисных состояний и кризисной помощи». История выделения данного направления. Классификация кризисов. Внутренние и внешние кризисы. Влияние кризисных событий на жизнедеятельность человека. Основные факторы кризисных психических состояний. Причины возникновения критических ситуаций.

Тема 2. Теоретические и методические принципы психологической помощи (2 ч.)  
Сущность понятия «психологическая помощь».

Виды психологической помощи.

Индивидуальная и групповая психотерапия как основные направления психологической помощи.

Тема 3. Эмоциональные проблемы личности (2 ч.)

Значение эмоций и чувств в жизнедеятельности человека. Виды эмоций и чувств. Эмоциональные состояния.

Виды эмоциональных нарушений. Нарушение адекватности эмоций. Нарушения устойчивости эмоций. Патологически повышенное и пониженное настроение. Психологическая помощь при эмоциональных нарушениях личности.

Тема 4. Понятие, причины, показатели стресса (2 ч.)

Концепция стресса Г. Селье. Общий адаптационный синдром. Психофизиология стресса.

Острая и хроническая психическая травма. Понятие эустресса и дистресса. Виды стрессов (эмоциональный, травматический, боевой и др.). Совладающее со стрессом поведение.

Тема 5. Посттравматическое стрессовое расстройство: модели и диагностика (2 ч.)

Понятия «посттравматический стресс», «травматическое состояние», «посттравматическое стрессовое расстройство». Методы психологической диагностики и психотерапии ПТСР. Методы психодиагностики ПТСР. Общие подходы психокоррекции и психотерапии ПТСР.

Тема 6. Психология жертв насилия (2 ч.)

Насилие и его виды. Семейное домашнее, бытовое насилие. Физическое насилие. Сексуальное насилие. Буллинг. Модели поведения жертв насилия.

Характеристика жертвы насилия. Особенности характера жертв насилия.

Психологическая помощь жертвам насилия.

Тема 7. Формы проявления психологического кризиса в разных видах ситуаций (2 ч.)

Катастрофы и чрезвычайные ситуации как экстремальные ситуации.

Утрата, потеря близкого человека как причина психологического кризиса.

Семейные кризисы и развод как источник возникновения экстремальной ситуации.

Психологические последствия терроризма.

Болезнь как экстремальная ситуация.

Суицид как форма кризисного реагирования детей и подростков.

Насилие как кризисная ситуация.

Тема 8. Семейные кризисы и развод как источник возникновения кризисной ситуации (2 ч.)

Кризис в семье, характеристики семейного кризиса. Проявления семейного кризиса: нарушения на уровне системы (касающиеся семьи в целом), микродинамика, макродинамика, семейная идеология, проявление кризиса на индивидуальном уровне. Понятие

«идентифицированный пациент». Подходы к изучению и описанию семейных кризисов.

Понятие нормативных или горизонтальных стрессоров (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис В.В.)

Понятие ненормативных кризисов. Кризисы в отдельных подсистемах. Понятие «нормативных фильтров». Ненормативные кризисы – развод, измена, тяжелая болезнь, инцест, смерть члена семьи, повторный брак.

## **Раздел 2. Технологии оказания психологической помощи в кризисных состояниях**

(14 ч.)

Тема 9. Теории личности при оказании психологической помощи (2 ч.)

Функции теории личности. Психоаналитическое направление. Адлеровское направление.

Когнитивный подход. Поведенческий подход. Экзистенциальное консультирование.

Гуманистический подход.

Тема 10. Методы и техники психологической помощи (2 ч.)

Понимание "метода" и "техника" при оказании психологической помощи. Виды и формы психологической помощи.

Основные направления психологической помощи: диагностическое, коррекционно-развивающее, консультативное, адаптационное.

Техника активного выслушивания, Техника вопросов. Микротехники (навыки) внимания и слушания. Микротехники (навыки) воздействия. Инструменты эффективной коммуникации. Определение целей. Установление доверительного контакта.

Механизмы оказания психологической помощи: осознание, спонтанность проявлений, переживание, коммуникация.

Тема 11. Психологическое консультирование как основной метод психологической помощи (2 ч.)

Феномен консультационной культуры. Структура психологического консультирования. Типы психологического консультирования. Лечебная (оберегающая) модель психолого-педагогического консультирования. Барьерное консультирование. Инструктирующая модель психолого-педагогического консультирования. Организация индивидуальной и групповой работы с клиентом.

Тема 12. Навыки оказания психологической помощи при кризисных состояниях (2 ч.)

Развитие навыков внимания и слушания. Демонстрация эффективных действий в процессе слушания. Действия, мешающие процессу слушания. Использование молчания. Выражение лица. Отвлечение внимания.

Навыки эмпатии. Высказывания, демонстрирующие проявление эмпатии консультанта. Оценка степени эмпатии окружающих. Простая рефлексия «отзеркаливание» содержания.

Применение эмпатии в сложных ситуациях. Этические аспекты. Развитие навыков предоставления информации. Предоставление информации. Предоставление негативной информации. Оказание поддержки. Проверка правильности понимания консультантом информации, предоставляемой клиентом.

Тема 13. Суицид как проявление кризиса (2.)

Теории самоубийства. Факторы и степень суицидальной опасности.

Психологическая помощь при суицидальном риске.

Тема 14. Психологическая работа с зависимостями (2 ч.)

Общее представление о зависимости и со-зависимости. Виды зависимостей. Аддиктивное поведение. Помощь клиентам с зависимостями и их родственникам. Тактика работы с родственниками наркоманов (алкоголиков). Техника «Бархатный коток».

Тема 15. Психологическая помощь при семейных проблемах (2 ч.)

Психологическая помощь в разрешении проблем супружеских отношений в семье. Психологическая помощь супругам при распаде семьи.

Психологическая помощь в разрешении детско-родительских проблем.

### **5.3 Содержание дисциплины: Практические (30 ч.)**

#### **Раздел 1. Теоретические основы психологии кризисных состояний (16 ч.)**

Тема 1. Введение в психологию кризисных состояний (2 ч.)

1. Предмет и задачи дисциплины «Психология кризисных состояний и кризисной помощи».

2. Понятия кризиса, медицинская и психологическая модель кризиса.

3. Понятие о кризисном событии, кризисном реагировании и кризисной личности.

4. Феноменология и классификация кризисных психических состояний (по А. Г. Амбрумовой; по Ю. А. Александровскому).

5. Основные факторы кризисных психических состояний. Причины возникновения критических ситуаций.

Тема 2. Теоретические и методические принципы психологической помощи (2 ч.)

1. Сущность понятия «психологическая помощь».

2. Виды психологической помощи.

3. Индивидуальная и групповая психотерапия как основные направления психологической помощи.

Тема 3. Эмоциональные проблемы личности (2 ч.)

1. Виды эмоций и чувств. Значение эмоций и чувств в жизнедеятельности человека.

2. Эмоциональные состояния.

3. Виды эмоциональных нарушений.

4. Психологическая помощь при эмоциональных нарушениях личности. Тема 4. Понятие, причины, показатели стресса (2 ч.)

1. Концепция стресса Г. Селье.

2. Общий адаптационный синдром.

3. Психофизиология стресса. Острая и хроническая психическая травма.

4. Понятие эустресса и дистресса.

5. Виды стрессов. Совладающее со стрессом поведение.

Тема 5. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР): модели и диагностика (2ч.)

1. Понятия «посттравматический стресс», «травматическое состояние», «посттравматическое стрессовое расстройство».

2. Психодинамический, когнитивный, психосоциальный, психобиологический подходы, мультифакторная теория ПТСР.

3. Типы ПТСР (тревожный, астенический, дисфорический, соматоформный).

4. Методы психологической диагностики и психотерапии ПТСР.

5. Общие подходы психокоррекции и психотерапии ПТСР.

Тема 6. Психология жертв насилия (2 ч.)

1. Понятие насилия.

2. Насилие и его виды. Семейное домашнее, бытовое насилие.

3. Физическое насилие.

4. Сексуальное насилие.

5. Понятие буллинга.

6. Модели поведения жертв насилия.
  7. Характеристика жертвы насилия. Особенности характера жертв насилия.
  8. Психологическая помощь жертвам насилия.
- Тема 7. Семейные кризисы и развод как источник возникновения кризисной ситуации (2 ч.)
1. Кризис в семье, характеристики семейного кризиса.
  2. Проявления семейного кризиса.
  3. Подходы к изучению и описанию семейных кризисов.
  4. Понятие нормативных или горизонтальных стрессоров (Эйдемиллер Э.Г., Юстицкис

В.В.)

5. Понятие ненормативных кризисов. Ненормативные кризисы – развод, измена, тяжелая болезнь, инцест, смерть члена семьи, повторный брак.

Тема 8. Формы проявления психологического кризиса в разных видах ситуаций (2 ч.)

1. Катастрофы и чрезвычайные ситуации как экстремальные ситуации.
2. Психологические последствия терроризма.
3. Принудительная социальная изоляция как экстремальная ситуация.
4. Болезнь как экстремальная ситуация.

## **Раздел 2. Технологии оказания психологической помощи в кризисных состояниях**

(14 ч.)

Тема 9. Теории личности при оказании психологической помощи (2 ч.)

1. Функции теории личности.
2. Психоаналитическое направление.
3. Адлерианское направление.
4. Когнитивный подход.
5. Поведенческий подход.
6. Экзистенциальное консультирование.
7. Гуманистический подход.

Тема 10. Методы и техники психологической помощи (2 ч.)

1. Понимание "метода" и "техника" при оказании психологической помощи.
2. Виды и формы психологической помощи.
3. Основные направления психологической помощи.
4. Техники взаимодействия с пациентом (клиентом): активного выслушивания, вопросов, навыки воздействия, установление доверительного контакта и др.
5. Механизмы оказания психологической помощи.

Тема 11. Психологическое консультирование как основной метод психологической помощи

(2 ч.)

1. Структура психологического консультирования.
2. Типы психологического консультирования.
3. Лечебная (оберегающая) модель психолого-педагогического консультирования.
4. Барьерное консультирование.
5. Инструктирующая модель психолого-педагогического консультирования.

Организация индивидуальной и групповой работы с клиентом.

Тема 12. Навыки оказания психологической помощи при кризисных состояниях (2 ч.)

1. Развитие навыков внимания и слушания. Демонстрация эффективных действий в процессе слушания.
2. Навыки эмпатии. Высказывания, демонстрирующие проявление эмпатии консультанта. Оценка степени эмпатии окружающих.
3. Простая рефлексия «отзеркаливание» содержания.
4. Применение эмпатии в сложных ситуациях.
5. Этические аспекты. Развитие навыков предоставления информации.

Тема 13. Суицид как проявление кризиса (2 ч.)

1. Теории самоубийства.
2. Факторы и степень суицидальной опасности.
3. Психологическая помощь при суицидальном риске.

Тема 14. Психологическая работа с зависимостями (2 ч.)

1. Общее представление о зависимости и со-зависимости.
2. Виды зависимостей.

3. Аддиктивное поведение
4. Помощь клиентам с зависимостями и их родственникам.
5. Тактика работы с родственниками наркоманов (алкоголиков). Техника

«Бархатный каток».

Тема 15. Психологическая помощь при семейных проблемах (2 ч.)

1. Психологическая помощь в разрешении проблем супружеских отношений в семье.
2. Психологическая помощь супругам при распаде семьи.
3. Психологическая помощь в разрешении детско-родительских проблем.

## **6. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (разделу)**

### **6.1 Вопросы и задания для самостоятельной работы Восьмой семестр (12 ч.)**

#### **Раздел 1. Теоретические основы психологии кризисных состояний (6 ч.)**

Вид СРС: \*Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

1. Соотнести понятия «кризис», «переживание», «психологическая травма», «конфликт», «фрустрация». Дать определение понятиям «повседневная (обыденная) жизненная ситуация» и «трудная жизненная ситуация». Проанализировать соотношение этих понятий, указать существенные признаки трудной жизненной ситуации.
2. Подобрать методики на диагностику эмоциональной сферы младшего школьника и подростка. Подобрать методики диагностики стресса у юношей.
3. Подобрать рекомендации по профилактике конфликтных детско-родительских отношений и суицидального поведения (подростковый возраст).
4. В виде схемы представить тему «Основные виды психологической помощи при кризисных ситуациях».
5. Изобразить в виде схемы эмоциональные состояния личности и описать нарушения эмоциональных состояний.
6. Подготовить доклад по теме «Семейные кризисы».

#### **Раздел 2. Технологии оказания психологической помощи в кризисных состояниях (6 ч.)**

Вид СРС: \*Подготовка к практическим / лабораторным занятиям

1. Подобрать приемы, упражнения, техники саморегуляции, которыми можно воспользоваться для обретения душевного здоровья и избавления от стрессов и депрессий.
  2. Разработать программу
  3. индивидуальной работы с тревожным ребенком.
  4. Разработать рекомендации педагогу по организации индивидуальной работы с агрессивным ребенком.
  5. Проанализировать и продемонстрировать технологии оказания психологической помощи семье в кризисный период.
  6. Раскрыть сущность понятия «аддиктивное поведение».
  7. Представить в виде схемы этапы психологического консультирования.
- Подготовить доклад на тему «Виды и причины детского насилия».
8. Разработать рекомендации родителям по организации индивидуальной работы с гиперактивным ребенком.

### **7. Тематика курсовых работ(проектов)**

Курсовые работы (проекты) по дисциплине не предусмотрены.

### **8. Оценочные средства**

#### **8.1. Компетенции и этапы формирования**

/п	Оценочные средства	Компетенции, этапы их формирования
	Учебно-исследовательский модуль	УК-2.
	Здоровьесберегающий модуль	УК-2.
	Психологическое обеспечение образовательного процесса	УК-2.

Сохранение и укрепление психологического здоровья субъектов образования	УК-2.
Мировоззренческий модуль	УК-2.
Дополнительное образование	УК-2.
Теоретические и экспериментальные основы психолого-педагогической деятельности	УК-2.
Методология и методы психолого-педагогической деятельности	УК-2.

## 82 Показатели и критерии оценивания компетенций, шкалы оценивания

### Шкала, критерии оценивания и уровень сформированности компетенции

2 (не зачтено) ниже порогового	3 (зачтено) пороговый	4 (зачтено) базовый	5 (зачтено) повышенный
УК-2 Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений			
УК-2.1 Формулирует в рамках поставленной цели совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение. Определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.			
Не способен формулировать в рамках поставленной цели совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение. Не определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.	В целом успешно, но бессистемно формулирует в рамках поставленной цели совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение. Определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.	В целом успешно, но с отдельными недочетами формулирует в рамках поставленной цели совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение. Определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.	Способен в полном объеме формулировать в рамках поставленной цели совокупность взаимосвязанных задач, обеспечивающих ее достижение. Определяет ожидаемые результаты решения поставленных задач.
УК-2.2 Проектирует решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений.			
Не способен проектировать решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений.	В целом успешно, но бессистемно проектирует решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений.	В целом успешно, но с отдельными недочетами проектирует решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений.	Способен в полном объеме проектировать решение конкретной задачи проекта, выбирая оптимальный способ ее решения, исходя из действующих правовых норм и имеющихся ресурсов и ограничений.
УК-2.3 Качественно решает конкретные задачи (исследования, проекта, деятельности) за установленное время.			

Не способен качественно решать конкретные задачи (исследования, проекта, деятельности) за установленное время.	В целом успешно, но бессистемно качественно решает конкретные задачи (исследования, проекта, деятельности) за установленное время.	В целом успешно, но с отдельными недочетами качественно решает конкретные задачи (исследования, проекта, деятельности) за установленное время.	Способен в полном объеме качественно решать конкретные задачи (исследования, проекта, деятельности) за установленное время.
--	--	--	---

Уровень сформированности компетенции	Шкала оценивания для промежуточной аттестации		Шкала оценивания по БРС
	Экзамен	Зачет	
Повышенный	5 (отлично)	зачтено	90 – 100%
Базовый	4 (хорошо)	зачтено	76 – 89%
Пороговый	3 (удовлетворительно)	зачтено	60 – 75%
Ниже порогового	2 (неудовлетворительно)	незачтено	Ниже 60%

### §3 Вопросы промежуточной аттестации

#### Восьмой семестр (Экзамен, УК-2.1, УК-2.2, УК-2.3)

1. Охарактеризовать предмет и задачи дисциплины «Психология кризисных состояний и кризисной помощи».
2. Сравнить понятия кризиса, медицинской и психологической моделей кризиса
3. Охарактеризовать классификации кризисных психических состояний (по А. Г. Амбрумовой; по Ю. А. Александровскому).
4. Описать основные факторы кризисных психических состояний и причины возникновения критических ситуаций.
5. Раскрыть сущность понятия «психологическая помощь».
6. Охарактеризовать виды психологической помощи.
7. Охарактеризовать индивидуальную и групповую психотерапию как основные направления психологической помощи.
8. Охарактеризовать виды эмоций и чувств. Покажите их значение в жизнедеятельности человека.
9. Охарактеризовать эмоциональные состояния (стресс, фрустрация, аффект, страсти, депрессия и др.).
10. Охарактеризовать виды эмоциональных нарушений.
11. Охарактеризовать концепцию стресса Г. Селье.
12. Описать общий адаптационный синдром и раскройте понятия эустресса и дистресса.
13. Раскрыть сущность понятий «посттравматический стресс», «травматическое состояние», «посттравматическое стрессовое расстройство».
14. Охарактеризовать типы ПТСР (тревожный, астенический, дисфорический, соматоформный).
15. Охарактеризовать методы психологической диагностики и психотерапии ПТСР.
16. Охарактеризовать насилие и его виды.
17. Раскрыть проблему насилия над детьми. Описать психотравмирующие факторы в детских учреждениях.
18. Охарактеризовать термин буллинг.
19. Охарактеризовать психологическую помощь жертвам насилия.
20. Дать характеристику семейного кризиса и опишите его проявления.
21. Охарактеризовать нормативные и ненормативные кризисы.
22. Охарактеризовать специфику психологической помощи в рамках психоаналитического

направления.

23. Охарактеризовать специфику психологической помощи в рамках когнитивного подхода.
24. Охарактеризовать специфику психологической помощи в рамках поведенческого подхода.
25. Охарактеризовать специфику психологической помощи в рамках гуманистического подхода.
26. Охарактеризовать виды и формы психологической помощи.
27. Описать основные направления психологической помощи.
28. Охарактеризовать техники взаимодействия с пациентом (клиентом): активного выслушивания, вопросов, навыки воздействия, установление доверительного контакта и др.
29. Описать механизмы оказания психологической помощи.
30. Охарактеризовать структуру психологического консультирования и назовите типы психологического консультирования. Описать техники развития навыков внимания и слушания.
31. Описать техники развития навыков эмпатии.
32. Охарактеризовать теории самоубийства.
33. Охарактеризовать сущность психологической помощи при суицидальном риске.
34. Дать характеристику зависимости и со-зависимости и опишите виды зависимостей.
35. Охарактеризовать аддиктивное поведение.
36. Охарактеризовать технологии работы с родственниками наркоманов (алкоголиков).
37. Описать виды неблагоприятных психосоциальных факторов, приводящих к развитию стресса, посттравматическим расстройствам и расстройствам адаптации в детском и подростковом возрасте.
38. Охарактеризовать развод родителей как один из видов травматизации ребенка
39. Раскрыть основные методы оказания психологической помощи семье и детям.

#### **§4 Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Промежуточная аттестация проводится в форме экзамена.

Экзамен по дисциплине или ее части имеет цель оценить сформированность общекультурных, профессиональных и специальных компетенций, теоретическую подготовку студента, его способность к творческому мышлению, приобретенные им навыки самостоятельной работы, умение синтезировать полученные знания и применять их при решении практических задач.

При балльно-рейтинговом контроле знаний итоговая оценка выставляется с учетом набранной суммы баллов.

Устный ответ на экзамене

При определении уровня достижений студентов на экзамене необходимо обращать особое внимание на следующее:

- дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос;
- показана совокупность осознанных знаний об объекте, проявляющаяся в свободном оперировании понятиями, умении выделить существенные и несущественные его признаки, причинно-следственные связи;
- знание об объекте демонстрируется на фоне понимания его в системе данной науки и междисциплинарных связей;
- ответ формулируется в терминах науки, изложен литературным языком, логичен, доказателен, демонстрирует авторскую позицию студента;
- теоретические постулаты подтверждаются примерами из практики.

Тесты

При определении уровня достижений студентов с помощью тестового контроля необходимо обращать особое внимание на следующее:

- оценивается полностью правильный ответ;
- преподавателем должна быть определена максимальная оценка за тест, включающий определенное количество вопросов;
- преподавателем может быть определена максимальная оценка за один вопрос теста;
- по вопросам, предусматривающим множественный выбор правильных ответов, оценка

определяется исходя из максимальной оценки за один вопрос теста.

## **9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы**

### **Основная литература**

1. Пономарева, И.М. Работа психолога в кризисных службах : учебное пособие / И.М. Пономарева. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. - 198 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98238-049-4 ; То ж [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277347>

2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрусталевой. - СПб. : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 447 с. - ISBN 978-5-288-05660-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458103>

### **Дополнительная литература**

1. Погодин, И.А. Суицидальное поведение: психологические аспекты / И.А. Погодин. – 3-е изд., стереотип. – Москва : Издательство «Флинта», 2016. – 333 с. – (Библиотека психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83459>. – ISBN 978-5-9765-0297-0. – Текст : электронный.

2. Шарапов, А. О. Кризисная психология : учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. И. Шех. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 538 с.

— (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11580-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://biblio-online.ru/bcode/457087>

3. Ершова, Д.А. Экстренная психологическая помощь : курс лекций / Д.А. Ершова, М.Л. Есаян, Л.И. Макадей ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 161 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494695>. – Текст : электронный.

4. Белашева, И.В. Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях : учебное пособие / И.В. Белашева, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 104 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494681>. – Текст : электронный.

## **10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»**

1. <http://azps.ru/handbook/> - Психологический словарь

2. <http://elibrary.ru/defaultx.asp> - Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU

3. <http://www.pirao.ru> - Психологический институт РАО

4. <http://bookap.info> - Библиотека психологической литературы

## **11. Методические указания обучающимся по освоению дисциплины (модуля)**

При освоении материала дисциплины необходимо:

- спланировать и распределить время, необходимое для изучения дисциплины;
- конкретизировать для себя план изучения материала;
- ознакомиться с объемом и характером внеаудиторной самостоятельной работы для полноценного освоения каждой из тем дисциплины.

Сценарий изучения курса:

- проработайте каждую тему по предлагаемому ниже алгоритму действий;
- изучив весь материал, выполните итоговый тест, который продемонстрирует готовность к сдаче зачета.

Алгоритм работы над каждой темой:

- изучите содержание темы вначале по лекционному материалу, а затем по другим источникам;
- прочитайте дополнительную литературу из списка, предложенного преподавателем;
- выпишите в тетрадь основные категории и персоналии по теме, используя лекционный материал или словари, что поможет быстро повторить материал при подготовке к зачету;
- составьте краткий план ответа по каждому вопросу, выносимому на обсуждение на лабораторном занятии;

- выучите определения терминов, относящихся к теме;
  - продумайте примеры и иллюстрации к ответу по изучаемой теме;
  - подберите цитаты ученых, общественных деятелей, публицистов, уместные с точки зрения обсуждаемой проблемы;
  - продумывайте высказывания по темам, предложенным к лабораторному занятию.
- Рекомендации по работе с литературой:
- ознакомьтесь с аннотациями к рекомендованной литературе и определите основной метод изложения материала того или иного источника;
  - составьте собственные аннотации к другим источникам на карточках, что поможет при подготовке рефератов, текстов речей, при подготовке к зачету;
  - выберите те источники, которые наиболее подходят для изучения конкретной темы.

### **12.1 Перечень программного обеспечения**

1. Microsoft Windows 7 Pro
2. Microsoft Office Professional Plus 2010
3. 1С: Университет ПРОФ

### **12.2 Перечень информационно-справочных систем**

1. Информационно-правовая система «ГАРАНТ» (<http://www.garant.ru>)
2. справочная правовая система «Консультант Плюс» (<http://www.consultant.ru>)

### **12.3 Перечень современных профессиональных баз данных**

- Профессиональная база данных «Открытые данные Министерства образования и науки РФ» (<http://xn-----8sbldzzacvuc0jbg.xn--80abucjiibhv9a.xn--plai/opendata/>)
- Электронная библиотечная система Znanium.com (<http://znanium.com/>)
3. Единое окно доступа к образовательным ресурсам (<http://window.edu.ru>)

## **13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)**

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины фиксируются в электронной информационно-образовательной среде университета.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

## **13. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)**

Для проведения аудиторных занятий необходим стандартный набор специализированной учебной мебели и учебного оборудования, а также мультимедийное оборудование для демонстрации презентаций на лекциях. Для проведения практических занятий, а также организации самостоятельной работы студентов необходим компьютерный класс с рабочими местами, обеспечивающими выход в Интернет.

При изучении дисциплины используется интерактивный комплекс Flipbox для проведения презентаций и видеоконференций, система iSpring в процессе проверки знаний п электронным тест-тренажером.

Индивидуальные результаты освоения дисциплины студентами фиксируются в информационной системе 1 С:Университет.

Реализация учебной программы обеспечивается доступом каждого студента к информационным ресурсам – электронной библиотеке и сетевым ресурсам Интернет. Для использования ИКТ в учебном процессе необходимо наличие программного обеспечения, позволяющего осуществлять поиск информации в сети Интернет, систематизацию, анализ и презентацию информации, экспорт информации на цифровые носители.

**Учебная аудитория для проведения учебных занятий.**

**Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля, промежуточной аттестации и курсового проектирования (выполнения курсовых работ) (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 13, № 207).**

**Лаборатория практической психологии.**

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (ноутбук Lenovo, экран, проектор, потолочное крепление); автоматизированное рабочее место в составе (компьютер, вебкамера, гарнитура, сетевой фильтр) – 2 шт.; автоматизированное рабочее место учащегося в составе (монитор, системный блок, клавиатура, мышь, сетевой фильтр) – 14 шт.; доска магнитно-маркерная в составе (губка, держатель, маркер, магнитный держатель).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

**Учебная аудитория для проведения учебных занятий.**

**Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 13, № 208).**

**Лаборатория развития профессиональной компетентности педагога и психолога в системе непрерывного образования.**

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Автоматизированное рабочее место преподавателя в составе (компьютер, проектор, гарнитура, вебкамера, документ-камера); доска магнитно-маркерная Эконом; автоматизированное рабочее место в составе (ноутбук Lenovo, мышь, сумка, замок, гарнитура) – 5 шт.

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

**Помещение для самостоятельной работы.**

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 13, № 219).

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер – 3 шт.; принтер (Kyosera) - 3 шт.).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

**Помещение для самостоятельной работы.**

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 13, № 217).

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (учебный мультимедиа-комплекс: трибуна, проектор, лазерная указка, маркерная доска).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

**Помещение для самостоятельной работы.**

**Читальный зал (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 13, № 101).**

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер – 10 шт., проектор с экраном, многофункциональное устройство, принтер).

Учебно-наглядные пособия:

Учебники и учебно-методические пособия, периодические издания, справочная литература.

Стенды с тематическими выставками.

**Помещение для самостоятельной работы.**

**Читальный зал электронных ресурсов (430007, Республика Мордовия, г. Саранск, ул. Студенческая, д. 13, № 101 б).**

Помещение оснащено оборудованием и техническими средствами обучения.

Основное оборудование:

Компьютерная техника с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета (компьютер – 12 шт., мультимедийный проектор, многофункциональное устройство, принтер).

Учебно-наглядные пособия:

Презентации.

Электронные диски с учебными и учебно-методическими пособиями.