

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ФГБОУ ВО «БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет психологии

Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Утверждено:
на заседании кафедры
протокол № 14 от 18 июня 2019 г.
и.о. зав. кафедрой
Щербаков С. В.



Согласовано

Председатель УМК
факультета

Асафьева Н.В. 

Рабочая программа дисциплины

Помощь человеку в кризисных ситуациях

Дисциплина по выбору

Направление подготовки
37.03.01 Психология

Профиль
Практическая психология

Степень
бакалавр

Составитель:
доцент кафедры. к.пс.н., доцент
Хох Ирина Рудольфовна

 / И.Р. Хох
подпись

Для приема: 2019 года

Уфа 2019

Составитель: доцент кафедры, к.пс.н., Хох И.Р.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры психологического сопровождения и клинической психологии протокол № 14 от «18» июня 2019 г.

Дополнения и изменения, внесенные в рабочую программу, утверждены на заседании кафедры психологического сопровождения и клинической психологии протокол № 10 от «18» июня 2018 г.

Заведующий кафедрой Щербаков Щербаков С.В.

Список документов и материалов

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы	5
3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)	7
4. Фонд оценочных средств по дисциплине	43
4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания	43
4.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций	48
4.3. Рейтинг-план дисциплины	75
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	76
5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины	76
5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины	76
6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине	77

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

	Результаты обучения	Формируемая компетенция (с указанием кода)
Знания	Знать основные приемы первой помощи, оказываемой субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации; Знать методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в рамках своих профессиональных задач	ОК-9 - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Знать основы проведения стандартного прикладного исследования субъектов, имеющих негативные психологические последствия после нахождения в кризисных ситуациях, с целью оказания им эффективной профессиональной помощи	ПК-8 - способность к проведению стандартного прикладного исследования в определённой области психологии
	Знать основы проектирования, реализации и оценки учебно-воспитательного процесса в рамках изучаемой дисциплины с включением в демонстрационные сессии оказания психологической помощи субъектам, попавшим в кризисные ситуации современных активных и интерактивных методов и инновационных технологий	ПК-10 - способность к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий
Умения	Уметь организовать первую помощь, оказываемую субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации с привлечением других специалистов помогающих профессий	ОК-9 - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций
	Уметь алгоритмизировать психодиагностические процедуры, применять методы математической обработки полученных данных и формулировать выводы по проведенным исследованиям	ПК-8 - способность к проведению стандартного прикладного исследования в определённой области психологии
	Уметь применять самооценку своих знаний, умений, навыков и на этой основе выстраивать программу для самообучения с использованием интерактивных методов обучения и инновационных технологий	ПК-10 - способность к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий
Владение навыками	Владеть навыками оказания психологической поддержки, психотерапии и коррекции лицам с посттравматическим стрессовым расстройством, лицам, побывавшим в экстремальной или кризисной ситуации;	ОК-9 - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций

	Владеть технологиями оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных ситуациях; методами психологического сопровождения личности взрослых и детей в кризисном состоянии, техниками работы с группами в кризисных и чрезвычайных ситуациях	
	Владеть критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик, а также навыками интерпретации полученных данных с учетом норм профессиональной этики	ПК-8 - способность к проведению стандартного прикладного исследования в определённой области психологии
	Владеть навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью ее оптимизации, навыками психопрофилактики и психорегуляции своего психического состояния с применением современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий	ПК-10 - способность к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Помощь человеку в кризисной ситуации» является курсом по выбору в рамках прохождения обучения по направлению подготовки: «Психология». Изучение дисциплины «Помощь человеку в кризисной ситуации» помогает повышению профессиональной квалификации психологов, ориентирует в специальной литературе, развивает умение мыслить психологическими категориями, способствует применению научного подхода в деятельности семейного и индивидуального консультирования в ракурсе оказания психологической помощи субъекту в кризисных и экстремальных ситуациях, сферах управления специалистами помогающих профессий, работающих при чрезвычайных ситуациях, разворачиванию психодиагностических процедур, выявляющих последствия психологической травматизации. Таким образом, «Помощь человеку в кризисной ситуации» имеет не только теоретическое, но и большое практическое значение.

Учебный курс «Помощь человеку в кризисных ситуациях» решает следующие задачи в овладении студентами практических знаний, умений и навыков:

1. Систематизировать понятийный аппарат, различать и дифференцировать понятия «кризисное переживание», «трудная жизненная ситуация», «экстремальная ситуация», «психическая травма», «стресс», «посттравматическое стрессовое расстройство».

2. Ознакомить студентов с теоретическими аспектами учения о стрессе и особом его виде - травматическом стрессе.

3. Развить умение распознавать и анализировать виды кризисов в жизни человека и их основные психологические характеристики.

4. Использовать полученную информацию в исследовательских и практических целях при оказании психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях.

Общекультурная компетенция ОК-9 является ключевой компетенцией личностного самосовершенствования, которая включается в метапредметный уровень содержания образования. Она формируется на протяжении всего обучения по программе бакалавриата и взаимосвязана со всеми компетенциями основной программы.

ОК-8 - профессиональная компетенция, связанная с компетенциями научно-исследовательской деятельности: ПК-6, ПК-7, ПК-9.

ОК-10 - компетенция связана с компетенциями, ориентирующих на подготовку будущего бакалавра на педагогическую деятельность (ПК-11, ПК-12).

Помощь человеку в кризисных ситуациях	
Компетенции	Учебные дисциплины
ОК-9 - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Введение в клиническую психологию Основы психиатрии Психология переговоров в экстремальных ситуациях Организация и содержание специальной психологической помощи Психофизиология Нейрофизиология Введение в клиническую психологию Патопсихология Психосоматика Психология аддиктивного поведения Введение в неврологию и психиатрию Психология семьи и семейное консультирование
ПК-8 - способность к проведению стандартного прикладного исследования в определённой области психологии	Психология общения с практикумом Психология социальной работы с практикумом Основы психогенетики Организация и содержание специальной психологической помощи
ПК-10 - Способность к проектированию, реализации и оценке учебно- воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров, с учетом современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий	Педагогика Психология и педагогика инклюзивного образования Психология личности Психология развития и возрастная психология Общая психология

3. Содержание рабочей программы (объем дисциплины, типы и виды учебных занятий, учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся)

МИНОБРНАУКИ РОССИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

по дисциплине **Помощь человеку в кризисных ситуациях** 8 семестр
дневная форма обучения

Рабочую программу осуществляют:

Лекции: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Практические занятия: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	36 часа
лекций	12 часов
практических/ семинарских	12 часов
лабораторных	12 часов
контроль самостоятельной работы (КСР)	-
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем)	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СРС) включая подготовку к экзамену/зачету	36 часа

Форма(ы) контроля:

Экзамен - семестр

Зачет 8 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов					Основная и дополнительная литература (с указанием номеров глав и параграфов) рекомендуемая студентам	Задания по самостоятельной работе студентов с указанием литературы, номеров задач	Форма контроля СРС
		Всего	ЛК	ПЗ	ЛБ	СРС			
Модуль 1. Введение в психологию кризисных ситуаций									
1	Теория кризисных ситуаций и состояний	6	2	-	-	4	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 8	1. Составить таблицу положительные и отрицательные аспекты кризисных явлений в жизнедеятельности человека. 2. Напишите эссе, где дайте определение понятия «кризис». Соотнесите понятия «кризис» и «критический возраст» (в культурно-исторической концепции Л.С. Выготского). 3. Письменно сформулируйте причины возникновения кризисов. 4. Письменно перечислить основные характеристики ситуации, которую можно назвать кризисом адаптации к жизни. 5. Прочитайте материал эмпирических исследований образа мира личности в период кризиса адаптации к жизни. Составьте схему кризисных изменений в каждом из структурных звеньев образа мира (Осухова Н.Г., Малолетняя Е.В. Женщины — жертвы семейного насилия: особенности субъективного образа мира // Психология зрелости и старения. — 2000. — № 4.	Контрольная работа
2	Индивидуальные	6	2	-	-	4	Основная литература:	1. Составьте аналитическую таблицу,	Доклад с презентацией

	жизненные кризисы						<p>1, 2, 3. Дополнительная литература: 2, 4, 7, 8</p>	<p>сравнивая различные возрастные периодизации жизненного цикла человека: Например, Периодизация Дж. Биррена; Периодизация Д. Бромлея; Стадии развития личности по Э. Эриксону; Периодизация по Л.С. Выготскому; Периодизация психического развития Д.Б. Эльконина и другие.</p> <p>2. Составьте конспект параграфа под названием «Возрастные кризисы и индивидуально-типологические особенности. Основы психодиагностики» / Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога – М.: Изд-во Эксмо, 2004. – С. 51-55.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Кружковой О.В., Нефагиной Я.Н. Феноменологические проблемы изучения кризисов в развитии человека // Теория и практика общественного развития. 2013.</p> <p>КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/fenomenologicheskie-problemy-izucheniya-krizisov-v-razvitii-cheloveka</p> <p>4. Составьте конспект статьи Кружковой О.В. Психологическая защита и совладание: феноменологическое соотношение и структура // Вестник</p>	
--	-------------------	--	--	--	--	--	---	---	--

							Ленинградского государственного университета им. А.С. Пушкина. 2012. Т. 5. № 1. С. 36–47.		
3	Введение в проблематику психологического сопровождения личности в кризисном состоянии	6	2	-	-	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 5, 8</p>	<p>1. Используя источник: Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Уч. пособие для студентов ВУЗов. М.: Академия, 2007, ответьте письменно в формате эссе на следующие вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Что такое ситуация, какие подходы к анализу жизненных ситуаций существуют? - Каковы основные характеристики экстремальных ситуаций? - Что из себя представляет психологический дебрифинг в рамках помощи при экстремальных ситуациях? - Проанализируйте различные психологические защиты и стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями. Какие из них являются эффективными/неэффективными (адаптивными/деадаптивными, удачными/неудачными) в контексте конкретных ситуаций. <p>2. С помощью опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, проведите тестирование 3 человек из вашей группы и составьте заключение по результатам психодиагностического обследования.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Э.Б. Карпова, А.В. Цымбал Дискуссионные вопросы психодиагностики экстремальных и кризисных состояний //</p>	Коллоквиум

								Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия: Психология. 2015 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/diskussionnye-voprosy-psihodiagnostiki-ekstremalnyh-i-krizisnyh-sostoyaniy	
Модуль 2. Понятие и механизмы психической травмы. Технологии психологической помощи при психической травме									
4	Психология травматического стресса	10	2	2	2	4	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	1. Письменно в формате таблицы охарактеризуйте основные этапы (фазы), через которые проходит личность в период травматического стресса. 2. Опишите в жанре эссе внутренние условия, которые увеличивают тяжесть кризисного периода для человека, приведя конкретные примеры (Примеры на выбор студента). 3. Составьте конспект статьи Бурмистровой Е.В. «Ситуации личностного развития как предметная деятельность психолога экстренной психологической помощи» // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2006. С. 7-18 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/situatsii-lichnostnogo-razvitiya-kak-predmetnaya-deyatelnost-psihologa-ekstrennoy-psihologicheskoy-pomoschi 4. Составьте конспект статьи Хрусталева Н.С. «К вопросу о развитии психологии кризисных и экстремальных ситуаций» // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Социология. 2010	Эссе

								КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-o-razvitii-psihologii-krizisnyh-i-ekstremalnih-situatsiy	
5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	8	-	2	2	4	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	<p>1. Составить исторический обзор информации о воздействии травматических переживаний на человека // Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации – М.: Изд-во Эксмо, 2005. С. 140-142</p> <p>2. Составьте конспект статьи Грининга Т. Посттравматический стресс с позиций экзистенциально-гуманистической психологии // Вопросы психологии. - 1994. - № 1. - С. 92 - 96.</p> <p>3. По МКБ-10 ВОЗ выписать критерии посттравматического стрессового расстройства в виде таблицы. Особо стоит обратить внимание на дифференциальную диагностику, необходимость ограничивать данный феномен от близких явлений.</p> <p>Выделить общее и специфическое в диагностических показателях ПТСР в МКБ-10 ВОЗ и DSM-IV. Работу выполнить в виде таблицы.</p> <p>4. Составьте конспект статьи (на выбор студента)</p> <p>- Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального</p>	Реферат

								<p>(травматического) стресса: посттравматическая стрессовая адаптация // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 561-575.</p> <p>- Тукаев Р.Д. Позиция психотерапевта в первой помощи родственникам погибших в терактах и техногенных катастрофах // Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический институт РАО, 2008. – С. 206-210.</p> <p>- Магомед-Эминов М.Ш. Предыстория концептуализации феномена ПТСР (посттравматического стрессового расстройства) // Психология состояний. Хрестоматия / Составители Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, СПб.: Речь, 2004. – С. 347-354.</p>	
6	Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений	10	2	2	2	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Используя источник: Моховиков А.Н. Суицидология: прошлое и настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах. Хрестоматия. – М., 2001, провести сравнительный анализ теорий самоубийств Э. Дюркгейма и З. Фрейда в формате таблицы.</p> <p>2. Сделать письменно аннотации</p>	Доклад с презентацией

								<p>научных статей по каталогу http://elibrary.ru, посвященных обсуждению вопросов оказания помощи людям в решении эмоциональных проблем. Осуществите частотный анализ тематики публикаций, представляющих интерес в контексте анализируемой проблемы.</p> <p>3. Сделать презентацию по теме: «Угроза киберпространства в аспекте формирования суицидальных намерений» (до 10 слайдов) для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p> <p>4. Составить брошюру на тему: «Маркеры суицидального поведения» для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p>	
7	Технологии психологической помощи в ситуации насилия	10	2	2	2	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить письменно аннотации научных статей по каталогу сайтов http://psyjournals.ru, cyberleninka.ru и других, посвященных обсуждению вопросов оказания помощи людям, оказавшимся в ситуации насилия.</p> <p>По вашему выбору сделайте конспект не менее 2-х статей по данной проблематике.</p> <p>2. Сделайте презентацию для представления в группе информации о существующих организациях по оказанию поддержки и помощи жертвам насилия (в г. Уфе, РБ, по России). Подготовьте мини-справочники с указанием адресов и телефонов (не менее 3-х экземпляров).</p>	Контрольная работа

								<p>3. Составьте батарею тестов для определения психологических характеристик и состояний (личностных особенностей, самооценки, тревоги, уровня самоконтроля, степени фрустрированности, депрессии и т.д.) у субъектов, подвергшихся насилию (на выбор: женщины, подростки, осужденные в местах лишения свободы и т.д.).</p> <p>4. Составьте конспект статьи: Знаков В.В. Понимание воинами-интернационалистами ситуаций насилия и унижения человеческого достоинства // Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 95-111.</p>	
8	Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания	8	-	2	2	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить таблицу этапов переживания горя, используя различные классификации // С.А. Шефов Психология горя. СПб.: Речь. 2007.</p> <p>2. Прочитав отрывок стенограммы первой встречи с пациенткой, перенесшей утрату [Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2005]. Письменно в формате эссе проанализируйте его, опираясь на следующие вопросы: Предположите, какой условно выделенной фазе горя соответствуют переживания. Есть ли признаки депрессии? Каковы</p>	Эссе

								<p>физические симптомы? Есть ли признаки возможного развития патологической реакции горя?</p> <p>На основе своих выводов по заданию 2 постройте стратегию дальнейшей беседы (попытайтесь определить цели беседы, если бы вы были консультантом в данной ситуации). Если вам нужна дополнительная информация о случившемся или состоянии пациентки, сформулируйте вопросы. Какого рода помощь, на ваш взгляд, необходима клиентке?</p> <p>3. Письменно составить таблицу по методам и техники помощи лицам, понесшим утрату // Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь близким / «Издательство ЭКСМО, 2009.</p> <p>4. Составить брошюру для психолога с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний человека в результате переживания утраты близких.</p>	
Модуль 3. Возрастные аспекты психологии кризисных ситуаций									
9	Психологическая помощь детям в кризисной ситуации	8	-	2	2	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3.</p> <p>Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составьте конспект статьи: Истратова О.Н. Причины детской конфликтности в периоды возрастных кризисов // Известия Южного федерального университета. Технические науки, 2004 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-detskoy-konfliktnosti-v-periody-vozzrastnyh-krizisov</p>	Демонстрационный тест

								<p>2. Составьте конспект статьи: Банников Г.С. Особенности оказания медико-психологической помощи несовершеннолетним, пережившим травматическое событие // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, 2015. КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-okazaniya-mediko-psihologicheskoy-pomoschi-nesovershennoletnim-perezvivshim-travmaticheskoe-sobytie</p> <p>3. Составить одну брошюру на выбор:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике кризисных состояний подростков. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у дошкольников в результате насильственных действий со стороны взрослых и более старших детей. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации природного характера. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике 	
--	--	--	--	--	--	--	--	---	--

								<p>лиц, переживших чрезвычайные ситуации техногенного характера.</p> <p>- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации социального характера (террористические акты, нападения).</p> <p>4. Провести тестирование (самотестирование) с предоставлением письменного заключения по оценке психических состояний на основании следующих методик:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Методика определения доминирующего психического состояния - Методика определения актуального психического состояния - Методика определения уровня нервно-психического напряжения <p>Перечисленные методики не являются строго обязательными; их можно заменять другими, адекватными заявленной теме.</p>	
Итого: 72 часа (36 часов контактная работа+36 СРС)									

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

по дисциплине **Помощь человеку в кризисных ситуациях** 9 семестр
заочная форма обучения

Рабочую программу осуществляют:

Лекции: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Практические занятия: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	16 часов
лекций	4 часа
практических/ семинарских	4 часа
лабораторных	8 часов
контроль самостоятельной работы (КСР)	4 часа
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем)	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СРС) включая подготовку к экзамену/зачету	52 часа

Форма(ы) контроля:

Экзамен - семестр

Зачет 9 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов					Основная и дополнительная литература (с указанием номеров глав и параграфов) рекомендуемая студентам	Задания по самостоятельной работе студентов с указанием литературы, номеров задач	Форма контроля СРС
		Всего	ЛК	ПЗ	ЛБ	СРС			
Модуль 1. Введение в психологию кризисных ситуаций									
1	Теория кризисных ситуаций и состояний	10	2	-	-	8	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 8	1. Составить таблицу положительные и отрицательные аспекты кризисных явлений в жизнедеятельности человека. 2. Напишите эссе, где дайте определение понятия «кризис». Соотнесите понятия «кризис» и «критический возраст» (в культурно-исторической концепции Л.С. Выготского). 3. Письменно сформулируйте причины возникновения кризисов. 4. Письменно перечислите основные характеристики ситуации, которую можно назвать кризисом адаптации к жизни. 5. Прочитайте материал эмпирических исследований образа мира личности в период кризиса адаптации к жизни. Составьте схему кризисных изменений в каждом из структурных звеньев образа мира (Осухова Н.Г., Малолетняя Е.В. Женщины — жертвы семейного насилия: особенности субъективного образа мира // Психология зрелости и старения. — 2000. — № 4.	Контрольная работа
2	Индивидуальные жизненные кризисы	10	-	2	-	8	Основная литература: 1, 2, 3.	1. Составьте аналитическую таблицу, сравнивая различные возрастные	Доклад с презентацией

						<p>Дополнительная литература: 2, 4, 7, 8</p>	<p>периодизации жизненного цикла человека: Например, Периодизация Дж. Биррена; Периодизация Д. Бромлея; Стадии развития личности по Э. Эриксону; Периодизация по Л.С. Выготскому; Периодизация психического развития Д.Б. Эльконина и другие.</p> <p>2. Составьте конспект параграфа под названием «Возрастные кризисы и индивидуально-типологические особенности. Основы психодиагностики» / Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога – М.: Изд-во Эксмо, 2004. – С. 51-55.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Кружковой О.В., Нефагиной Я.Н. Феноменологические проблемы изучения кризисов в развитии человека // Теория и практика общественного развития. 2013.</p> <p>КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/fenomenologicheskie-problemy-izucheniya-krizisov-v-razvitii-cheloveka</p> <p>4. Составьте конспект статьи Кружковой О.В. Психологическая защита и совладание: феноменологическое соотношение и структура // Вестник Ленинградского государственного</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

								университета им. А.С. Пушкина. 2012. Т. 5. № 1. С. 36–47.	
3	Введение в проблематику психологического сопровождения личности в кризисном состоянии	10	2	-	-	8	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 5, 8	<p>1. Используя источник: Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Уч. пособие для студентов ВУЗов. М.: Академия, 2007, ответьте письменно в формате эссе на следующие вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Что такое ситуация, какие подходы к анализу жизненных ситуаций существуют? - Каковы основные характеристики экстремальных ситуаций? - Что из себя представляет психологический дебрифинг в рамках помощи при экстремальных ситуациях? - Проанализируйте различные психологические защиты и стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями. Какие из них являются эффективными/неэффективными (адаптивными/деадаптивными, удачными/неудачными) в контексте конкретных ситуаций. <p>2. С помощью опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, проведите тестирование 3 человек из вашей группы и составьте заключение по результатам психодиагностического обследования.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Э.Б. Карпова, А.В. Цымбал Дискуссионные вопросы психодиагностики экстремальных и кризисных состояний // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия:</p>	Коллоквиум

								Психология. 2015 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/diskussionnye-voprosy-psihodiagnostiki-ekstremalnyh-i-krizisnyh-sostoyaniy	
Модуль 2. Понятие и механизмы психической травмы. Технологии психологической помощи при психической травме									
4	Психология травматического стресса	10	-	2	-	8	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	1. Письменно в формате таблицы охарактеризуйте основные этапы (фазы), через которые проходит личность в период травматического стресса. 2. Опишите в жанре эссе внутренние условия, которые увеличивают тяжесть кризисного периода для человека, приведя конкретные примеры (Примеры на выбор студента). 3. Составьте конспект статьи Бурмистровой Е.В. «Ситуации личностного развития как предметная деятельность психолога экстренной психологической помощи» // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2006. С. 7-18 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/situatsii-lichnostnogo-razvitiya-kak-predmetnaya-deyatelnost-psihologa-ekstrennoy-psihologicheskoy-pomoschi 4. Составьте конспект статьи Хрусталева Н.С. «К вопросу о развитии психологии кризисных и экстремальных ситуаций» // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Социология. 2010 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-	Эссе

								o-razvitii-psihologii-krizisnyh-i-ekstremalnyh-situatsiy	
5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	10	-	-	2	8	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	<p>1. Составить исторический обзор информации о воздействии травматических переживаний на человека // Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации – М.: Изд-во Эксмо, 2005. С. 140-142</p> <p>2. Составьте конспект статьи Грининга Т. Посттравматический стресс с позиций экзистенциально-гуманистической психологии // Вопросы психологии. - 1994. - № 1. - С. 92 - 96.</p> <p>3. По МКБ-10 ВОЗ выписать критерии посттравматического стрессового расстройства в виде таблицы. Особо стоит обратить внимание на дифференциальную диагностику, необходимость отграничивать данный феномен от близких явлений.</p> <p>Выделить общее и специфическое в диагностических показателях ПТСР в МКБ-10 ВОЗ и DSM-IV. Работу выполнить в виде таблицы.</p> <p>4. Составьте конспект статьи (на выбор студента)</p> <p>- Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального (травматического) стресса: посттравматическая стрессовая</p>	Реферат

							<p>адаптация // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 561-575.</p> <p>- Тукаев Р.Д. Позиция психотерапевта в первой помощи родственникам погибших в терактах и техногенных катастрофах // Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический институт РАО, 2008. – С. 206-210.</p> <p>- Магомед-Эминов М.Ш. Предыстория концептуализации феномена ПТСР (посттравматического стрессового расстройства) // Психология состояний. Хрестоматия / Составители Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, СПб.: Речь, 2004. – С. 347-354.</p>	
6	Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений	10	-	-	2	8	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p> <p>1. Используя источник: Моховиков А.Н. Суицидология: прошлое и настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах. Хрестоматия. – М., 2001, провести сравнительный анализ теорий самоубийств Э. Дюркгейма и З. Фрейда в формате таблицы.</p> <p>2. Сделать письменно аннотации научных статей по каталогу http://elibrary.ru, посвященных</p>	Доклад с презентацией

								<p>обсуждению вопросов оказания помощи людям в решении эмоциональных проблем. Осуществите частотный анализ тематики публикаций, представляющих интерес в контексте анализируемой проблемы.</p> <p>3. Сделать презентацию по теме: «Угроза киберпространства в аспекте формирования суицидальных намерений» (до 10 слайдов) для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p> <p>4. Составить брошюру на тему: «Маркеры суицидального поведения» для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p>	
7	Технологии психологической помощи в ситуации насилия	10	-	-	2	8	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить письменно аннотации научных статей по каталогу сайтов http://psyjournals.ru, cyberleninka.ru и других, посвященных обсуждению вопросов оказания помощи людям, оказавшимся в ситуации насилия. По вашему выбору сделайте конспект не менее 2-х статей по данной проблематике.</p> <p>2. Сделайте презентацию для представления в группе информации о существующих организациях по оказанию поддержки и помощи жертвам насилия (в г. Уфе, РБ, по России). Подготовьте мини-справочники с указанием адресов и телефонов (не менее 3-х экземпляров).</p> <p>3. Составьте батарею тестов для определения психологических</p>	Контрольная работа

								<p>характеристик и состояний (личностных особенностей, самооценки, тревоги, уровня самоконтроля, степени фрустрированности, депрессии и т.д.) у субъектов, подвергшихся насилию (на выбор: женщины, подростки, осужденные в местах лишения свободы и т.д.).</p> <p>4. Составьте конспект статьи: Знаков В.В. Понимание воинами-интернационалистами ситуаций насилия и унижения человеческого достоинства // Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 95-111.</p>	
8	Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания	8	-	-	-	8	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить таблицу этапов переживания горя, используя различные классификации // С.А. Шефов Психология горя. СПб.: Речь. 2007.</p> <p>2. Прочитав отрывок стенограммы первой встречи с пациенткой, перенесшей утрату [Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2005]. Письменно в формате эссе проанализируйте его, опираясь на следующие вопросы: Предположите, какой условно выделенной фазе горя соответствуют переживания. Есть ли признаки депрессии? Каковы физические симптомы? Есть ли признаки возможного развития</p>	Эссе

								<p>патологической реакции горя?</p> <p>На основе своих выводов по заданию 2 постройте стратегию дальнейшей беседы (попытайтесь определить цели беседы, если бы вы были консультантом в данной ситуации). Если вам нужна дополнительная информация о случившемся или состоянии пациентки, сформулируйте вопросы. Какого рода помощь, на ваш взгляд, необходима клиентке?</p> <p>3. Письменно составить таблицу по методам и техники помощи лицам, понесшим утрату // Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь близким / «Издательство ЭКСМО, 2009.</p> <p>4. Составить брошюру для психолога с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний человека в результате переживания утраты близких.</p>	
Модуль 3. Возрастные аспекты психологии кризисных ситуаций									
9	Психологическая помощь детям в кризисной ситуации	6	-	-	2	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3.</p> <p>Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составьте конспект статьи: Истратова О.Н. Причины детской конфликтности в периоды возрастных кризисов // Известия Южного федерального университета. Технические науки, 2004 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-detskoy-konfliktnosti-v-periody-vozzrastnyh-krizisov</p> <p>2. Составьте конспект статьи: Банников Г.С. Особенности оказания медико-</p>	Демонстрационный тест

								<p>психологической помощи несовершеннолетним, пережившим травматическое событие // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, 2015.</p> <p>КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/osobnosti-okazaniya-mediko-psihologicheskoy-pomoschi-nesovershennoletnim-perezvivshim-travmaticheskoe-sobytie</p> <p>3. Составить одну брошюру на выбор:</p> <ul style="list-style-type: none">- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике кризисных состояний подростков.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у дошкольников в результате насильственных действий со стороны взрослых и более старших детей.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации природного характера.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации техногенного характера.	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

								<p>- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации социального характера (террористические акты, нападения).</p> <p>4. Провести тестирование (самотестирование) с предоставлением письменного заключения по оценке психических состояний на основании следующих методик:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Методика определения доминирующего психического состояния - Методика определения актуального психического состояния - Методика определения уровня нервно-психического напряжения <p>Перечисленные методики не являются строго обязательными; их можно заменять другими, адекватными заявленной теме.</p>	
Итого: 72 часа (16 часов контактная работа+52 СРС+4 КСР)									

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

по дисциплине **Помощь человеку в кризисных ситуациях** 9 семестр
заочная форма обучения на базе среднего профессионального образования

Рабочую программу осуществляют:

Лекции: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Практические занятия: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	18 часов
лекций	6 часов
практических/ семинарских	6 часов
лабораторных	6 часов
контроль самостоятельной работы (КСР)	4 часа
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем)	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СРС) включая подготовку к экзамену/зачету	50 часов

Форма(ы) контроля:

Экзамен - семестр

Зачет 9 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов					Основная и дополнительная литература (с указанием номеров глав и параграфов) рекомендуемая студентам	Задания по самостоятельной работе студентов с указанием литературы, номеров задач	Форма контроля СРС
		Всего	ЛК	ПЗ	ЛБ	СРС			
Модуль 1. Введение в психологию кризисных ситуаций									
1	Теория кризисных ситуаций и состояний	8	2	-	-	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 8	1. Составить таблицу положительные и отрицательные аспекты кризисных явлений в жизнедеятельности человека. 2. Напишите эссе, где дайте определение понятия «кризис». Соотнесите понятия «кризис» и «критический возраст» (в культурно-исторической концепции Л.С. Выготского). 3. Письменно сформулируйте причины возникновения кризисов. 4. Письменно перечислите основные характеристики ситуации, которую можно назвать кризисом адаптации к жизни. 5. Прочитайте материал эмпирических исследований образа мира личности в период кризиса адаптации к жизни. Составьте схему кризисных изменений в каждом из структурных звеньев образа мира (Осухова Н.Г., Малолетняя Е.В. Женщины — жертвы семейного насилия: особенности субъективного образа мира // Психология зрелости и старения. — 2000. — № 4.	Контрольная работа
2	Индивидуальные жизненные кризисы	8	-	2	-	6	Основная литература: 1, 2, 3.	1. Составьте аналитическую таблицу, сравнивая различные возрастные	Доклад с презентацией

						<p>Дополнительная литература: 2, 4, 7, 8</p>	<p>периодизации жизненного цикла человека: Например, Периодизация Дж. Биррена; Периодизация Д. Бромлея; Стадии развития личности по Э. Эриксону; Периодизация по Л.С. Выготскому; Периодизация психического развития Д.Б. Эльконина и другие.</p> <p>2. Составьте конспект параграфа под названием «Возрастные кризисы и индивидуально-типологические особенности. Основы психодиагностики» / Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога – М.: Изд-во Эксмо, 2004. – С. 51-55.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Кружковой О.В., Нефагиной Я.Н. Феноменологические проблемы изучения кризисов в развитии человека // Теория и практика общественного развития. 2013.</p> <p>КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/fenomenologicheskie-problemy-izucheniya-krizisov-v-razvitii-cheloveka</p> <p>4. Составьте конспект статьи Кружковой О.В. Психологическая защита и совладание: феноменологическое соотношение и структура // Вестник Ленинградского государственного</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

								университета им. А.С. Пушкина. 2012. Т. 5. № 1. С. 36–47.	
3	Введение в проблематику психологического сопровождения личности в кризисном состоянии	10	2	2	-	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 5, 8	<p>1. Используя источник: Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Уч. пособие для студентов ВУЗов. М.: Академия, 2007, ответьте письменно в формате эссе на следующие вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Что такое ситуация, какие подходы к анализу жизненных ситуаций существуют? - Каковы основные характеристики экстремальных ситуаций? - Что из себя представляет психологический дебрифинг в рамках помощи при экстремальных ситуациях? - Проанализируйте различные психологические защиты и стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями. Какие из них являются эффективными/неэффективными (адаптивными/деадаптивными, удачными/неудачными) в контексте конкретных ситуаций. <p>2. С помощью опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, проведите тестирование 3 человек из вашей группы и составьте заключение по результатам психодиагностического обследования.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Э.Б. Карпова, А.В. Цымбал Дискуссионные вопросы психодиагностики экстремальных и кризисных состояний // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия:</p>	Коллоквиум

								Психология. 2015 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/diskussionnye-voprosy-psihodiagnostiki-ekstremalnyh-i-krizisnyh-sostoyaniy	
Модуль 2. Понятие и механизмы психической травмы. Технологии психологической помощи при психической травме									
4	Психология травматического стресса	8	-	-	2	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	1. Письменно в формате таблицы охарактеризуйте основные этапы (фазы), через которые проходит личность в период травматического стресса. 2. Опишите в жанре эссе внутренние условия, которые увеличивают тяжесть кризисного периода для человека, приведя конкретные примеры (Примеры на выбор студента). 3. Составьте конспект статьи Бурмистровой Е.В. «Ситуации личностного развития как предметная деятельность психолога экстренной психологической помощи» // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2006. С. 7-18 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/situatsii-lichnostnogo-razvitiya-kak-predmetnaya-deyatelnost-psihologa-ekstrennoy-psihologicheskoy-pomoschi 4. Составьте конспект статьи Хрусталева Н.С. «К вопросу о развитии психологии кризисных и экстремальных ситуаций» // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Социология. 2010 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-	Эссе

								o-razvitii-psihologii-krizisnyh-i-ekstremalnyh-situatsiy	
5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	8	-	-	2	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	<p>1. Составить исторический обзор информации о воздействии травматических переживаний на человека // Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации – М.: Изд-во Эксмо, 2005. С. 140-142</p> <p>2. Составьте конспект статьи Грининга Т. Посттравматический стресс с позиций экзистенциально-гуманистической психологии // Вопросы психологии. - 1994. - № 1. - С. 92 - 96.</p> <p>3. По МКБ-10 ВОЗ выписать критерии посттравматического стрессового расстройства в виде таблицы. Особо стоит обратить внимание на дифференциальную диагностику, необходимость отграничивать данный феномен от близких явлений.</p> <p>Выделить общее и специфическое в диагностических показателях ПТСР в МКБ-10 ВОЗ и DSM-IV. Работу выполнить в виде таблицы.</p> <p>4. Составьте конспект статьи (на выбор студента)</p> <p>- Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального (травматического) стресса: посттравматическая стрессовая</p>	Реферат

							<p>адаптация // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 561-575.</p> <p>- Тукаев Р.Д. Позиция психотерапевта в первой помощи родственникам погибших в терактах и техногенных катастрофах // Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический институт РАО, 2008. – С. 206-210.</p> <p>- Магомед-Эминов М.Ш. Предыстория концептуализации феномена ПТСР (посттравматического стрессового расстройства) // Психология состояний. Хрестоматия / Составители Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, СПб.: Речь, 2004. – С. 347-354.</p>		
6	Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений	6	-	-	-	6	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Используя источник: Моховиков А.Н. Суицидология: прошлое и настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах. Хрестоматия. – М., 2001, провести сравнительный анализ теорий самоубийств Э. Дюркгейма и З. Фрейда в формате таблицы.</p> <p>2. Сделать письменно аннотации научных статей по каталогу http://elibrary.ru, посвященных</p>	Доклад с презентацией

								<p>обсуждению вопросов оказания помощи людям в решении эмоциональных проблем. Осуществите частотный анализ тематики публикаций, представляющих интерес в контексте анализируемой проблемы.</p> <p>3. Сделать презентацию по теме: «Угроза киберпространства в аспекте формирования суицидальных намерений» (до 10 слайдов) для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p> <p>4. Составить брошюру на тему: «Маркеры суицидального поведения» для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p>	
7	Технологии психологической помощи в ситуации насилия	8	2	-	-	6	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить письменно аннотации научных статей по каталогу сайтов http://psyjournals.ru, cyberleninka.ru и других, посвященных обсуждению вопросов оказания помощи людям, оказавшимся в ситуации насилия. По вашему выбору сделайте конспект не менее 2-х статей по данной проблематике.</p> <p>2. Сделайте презентацию для представления в группе информации о существующих организациях по оказанию поддержки и помощи жертвам насилия (в г. Уфе, РБ, по России). Подготовьте мини-справочники с указанием адресов и телефонов (не менее 3-х экземпляров).</p> <p>3. Составьте батарею тестов для определения психологических</p>	Контрольная работа

								<p>характеристик и состояний (личностных особенностей, самооценки, тревоги, уровня самоконтроля, степени фрустрированности, депрессии и т.д.) у субъектов, подвергшихся насилию (на выбор: женщины, подростки, осужденные в местах лишения свободы и т.д.).</p> <p>4. Составьте конспект статьи: Знаков В.В. Понимание воинами-интернационалистами ситуаций насилия и унижения человеческого достоинства // Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 95-111.</p>	
8	Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания	8	-	2	-	6	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить таблицу этапов переживания горя, используя различные классификации // С.А. Шефов Психология горя. СПб.: Речь. 2007.</p> <p>2. Прочитав отрывок стенограммы первой встречи с пациенткой, перенесшей утрату [Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2005]. Письменно в формате эссе проанализируйте его, опираясь на следующие вопросы: Предположите, какой условно выделенной фазе горя соответствуют переживания. Есть ли признаки депрессии? Каковы физические симптомы? Есть ли признаки возможного развития</p>	Эссе

								<p>патологической реакции горя?</p> <p>На основе своих выводов по заданию 2 постройте стратегию дальнейшей беседы (попытайтесь определить цели беседы, если бы вы были консультантом в данной ситуации). Если вам нужна дополнительная информация о случившемся или состоянии пациентки, сформулируйте вопросы. Какого рода помощь, на ваш взгляд, необходима клиентке?</p> <p>3. Письменно составить таблицу по методам и техники помощи лицам, понесшим утрату // Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь близким / «Издательство ЭКСМО, 2009.</p> <p>4. Составить брошюру для психолога с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний человека в результате переживания утраты близких.</p>	
Модуль 3. Возрастные аспекты психологии кризисных ситуаций									
9	Психологическая помощь детям в кризисной ситуации	6	-	-	2	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составьте конспект статьи: Истратова О.Н. Причины детской конфликтности в периоды возрастных кризисов // Известия Южного федерального университета. Технические науки, 2004 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-detskoy-konfliktnosti-v-periody-vozzrastnyh-krizisov</p> <p>2. Составьте конспект статьи: Банников Г.С. Особенности оказания медико-психологической помощи</p>	Демонстрационный тест

								<p>несовершеннолетним, пережившим травматическое событие // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, 2015.</p> <p>КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-okazaniya-mediko-psihologicheskoy-pomoschi-nesovershennoletnim-perezvivshim-travmaticheskoe-sobytie</p> <p>3. Составить одну брошюру на выбор:</p> <ul style="list-style-type: none">- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике кризисных состояний подростков.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у дошкольников в результате насильственных действий со стороны взрослых и более старших детей.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации природного характера.- Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации техногенного характера.- Мини-брошюру с диагностическим	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

								<p>инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации социального характера (террористические акты, нападения).</p> <p>4. Провести тестирование (самотестирование) с предоставлением письменного заключения по оценке психических состояний на основании следующих методик:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Методика определения доминирующего психического состояния – Методика определения актуального психического состояния – Методика определения уровня нервно-психического напряжения <p>Перечисленные методики не являются строго обязательными; их можно заменять другими, адекватными заявленной теме.</p>	
Итого: 72 часа (18 часов контактная работа+50 часов СРС+4 КСР)									

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО
ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

по дисциплине **Помощь человеку в кризисных ситуациях** 9 семестр
заочная форма обучения на базе высшего профессионального образования

Рабочую программу осуществляют:

Лекции: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Практические занятия: доцент, кандидат психологических наук Хох И.Р.

Вид работы	Объем дисциплины
Общая трудоемкость дисциплины (ЗЕТ / часов)	2/72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	18 часов
лекций	6 часов
практических/ семинарских	6 часов
лабораторных	6 часов
контроль самостоятельной работы (КСР)	4 часа
других (групповая, индивидуальная консультация и иные виды учебной деятельности, предусматривающие работу обучающихся с преподавателем)	-
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СРС) включая подготовку к экзамену/зачету	50 часов

Форма(ы) контроля:

Экзамен - семестр

Зачет 9 семестр

№ п/п	Тема и содержание	Форма изучения материалов					Основная и дополнительная литература (с указанием номеров глав и параграфов) рекомендуемая студентам	Задания по самостоятельной работе студентов с указанием литературы, номеров задач	Форма контроля СРС
		Всего	ЛК	ПЗ	ЛБ	СРС			
Модуль 1. Введение в психологию кризисных ситуаций									
1	Теория кризисных ситуаций и состояний	8	2	-	-	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 8	1. Составить таблицу положительные и отрицательные аспекты кризисных явлений в жизнедеятельности человека. 2. Напишите эссе, где дайте определение понятия «кризис». Соотнесите понятия «кризис» и «критический возраст» (в культурно-исторической концепции Л.С. Выготского). 3. Письменно сформулируйте причины возникновения кризисов. 4. Письменно перечислите основные характеристики ситуации, которую можно назвать кризисом адаптации к жизни. 5. Прочитайте материал эмпирических исследований образа мира личности в период кризиса адаптации к жизни. Составьте схему кризисных изменений в каждом из структурных звеньев образа мира (Осухова Н.Г., Малолетняя Е.В. Женщины — жертвы семейного насилия: особенности субъективного образа мира // Психология зрелости и старения. — 2000. — № 4.	Контрольная работа
2	Индивидуальные жизненные кризисы	8	-	2	-	6	Основная литература: 1, 2, 3.	1. Составьте аналитическую таблицу, сравнивая различные возрастные	Доклад с презентацией

						<p>Дополнительная литература: 2, 4, 7, 8</p>	<p>периодизации жизненного цикла человека: Например, Периодизация Дж. Биррена; Периодизация Д. Бромлея; Стадии развития личности по Э. Эриксону; Периодизация по Л.С. Выготскому; Периодизация психического развития Д.Б. Эльконина и другие.</p> <p>2. Составьте конспект параграфа под названием «Возрастные кризисы и индивидуально-типологические особенности. Основы психодиагностики» / Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы: Справочник практического психолога – М.: Изд-во Эксмо, 2004. – С. 51-55.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Кружковой О.В., Нефагиной Я.Н. Феноменологические проблемы изучения кризисов в развитии человека // Теория и практика общественного развития. 2013.</p> <p>КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/fenomenologicheskie-problemy-izucheniya-krizisov-v-razvitii-cheloveka</p> <p>4. Составьте конспект статьи Кружковой О.В. Психологическая защита и совладание: феноменологическое соотношение и структура // Вестник Ленинградского государственного</p>
--	--	--	--	--	--	--	---

								университета им. А.С. Пушкина. 2012. Т. 5. № 1. С. 36–47.	
3	Введение в проблематику психологического сопровождения личности в кризисном состоянии	10	2	2	-	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 3, 4, 5, 8	<p>1. Используя источник: Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Уч. пособие для студентов ВУЗов. М.: Академия, 2007, ответьте письменно в формате эссе на следующие вопросы:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Что такое ситуация, какие подходы к анализу жизненных ситуаций существуют? - Каковы основные характеристики экстремальных ситуаций? - Что из себя представляет психологический дебрифинг в рамках помощи при экстремальных ситуациях? - Проанализируйте различные психологические защиты и стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями. Какие из них являются эффективными/неэффективными (адаптивными/деадаптивными, удачными/неудачными) в контексте конкретных ситуаций. <p>2. С помощью опросника «Способы совладающего поведения» Р. Лазаруса, проведите тестирование 3 человек из вашей группы и составьте заключение по результатам психодиагностического обследования.</p> <p>3. Составьте конспект статьи Э.Б. Карпова, А.В. Цымбал Дискуссионные вопросы психодиагностики экстремальных и кризисных состояний // Вестник Южно-Уральского государственного университета. Серия:</p>	Коллоквиум

								Психология. 2015 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/diskussionnye-voprosy-psihodiagnostiki-ekstremalnyh-i-krizisnyh-sostoyaniy	
Модуль 2. Понятие и механизмы психической травмы. Технологии психологической помощи при психической травме									
4	Психология травматического стресса	8	-	-	2	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	1. Письменно в формате таблицы охарактеризуйте основные этапы (фазы), через которые проходит личность в период травматического стресса. 2. Опишите в жанре эссе внутренние условия, которые увеличивают тяжесть кризисного периода для человека, приведя конкретные примеры (Примеры на выбор студента). 3. Составьте конспект статьи Бурмистровой Е.В. «Ситуации личностного развития как предметная деятельность психолога экстренной психологической помощи» // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2006. С. 7-18 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/situatsii-lichnostnogo-razvitiya-kak-predmetnaya-deyatelnost-psihologa-ekstrennoy-psihologicheskoy-pomoschi 4. Составьте конспект статьи Хрусталева Н.С. «К вопросу о развитии психологии кризисных и экстремальных ситуаций» // Вестник Санкт-Петербургского университета. Серия 12. Социология. 2010 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/k-voprosu-	Эссе

								o-razvitii-psihologii-krizisnyh-i-ekstremalnyh-situatsiy	
5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	8	-	-	2	6	Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 3, 4, 6, 8	<p>1. Составить исторический обзор информации о воздействии травматических переживаний на человека // Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации – М.: Изд-во Эксмо, 2005. С. 140-142</p> <p>2. Составьте конспект статьи Грининга Т. Посттравматический стресс с позиций экзистенциально-гуманистической психологии // Вопросы психологии. - 1994. - № 1. - С. 92 - 96.</p> <p>3. По МКБ-10 ВОЗ выписать критерии посттравматического стрессового расстройства в виде таблицы. Особо стоит обратить внимание на дифференциальную диагностику, необходимость отграничивать данный феномен от близких явлений.</p> <p>Выделить общее и специфическое в диагностических показателях ПТСР в МКБ-10 ВОЗ и DSM-IV. Работу выполнить в виде таблицы.</p> <p>4. Составьте конспект статьи (на выбор студента)</p> <p>- Лазебная Е.О. Преодоление психологических последствий воздействия экстремального (травматического) стресса: посттравматическая стрессовая</p>	Реферат

							<p>адаптация // Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы / отв. ред. Л.Г. Дикая, А.Л. Журавлев. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 561-575.</p> <p>- Тукаев Р.Д. Позиция психотерапевта в первой помощи родственникам погибших в терактах и техногенных катастрофах // Психология экстремальных ситуаций / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – М.: Психологический институт РАО, 2008. – С. 206-210.</p> <p>- Магомед-Эминов М.Ш. Предыстория концептуализации феномена ПТСР (посттравматического стрессового расстройства) // Психология состояний. Хрестоматия / Составители Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, СПб.: Речь, 2004. – С. 347-354.</p>		
6	Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений	6	-	-	-	6	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Используя источник: Моховиков А.Н. Суицидология: прошлое и настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах. Хрестоматия. – М., 2001, провести сравнительный анализ теорий самоубийств Э. Дюркгейма и З. Фрейда в формате таблицы.</p> <p>2. Сделать письменно аннотации научных статей по каталогу http://elibrary.ru, посвященных</p>	Доклад с презентацией

								<p>обсуждению вопросов оказания помощи людям в решении эмоциональных проблем. Осуществите частотный анализ тематики публикаций, представляющих интерес в контексте анализируемой проблемы.</p> <p>3. Сделать презентацию по теме: «Угроза киберпространства в аспекте формирования суицидальных намерений» (до 10 слайдов) для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p> <p>4. Составить брошюру на тему: «Маркеры суицидального поведения» для аудитории на выбор: педагоги, психологи, родители, опекуны.</p>	
7	Технологии психологической помощи в ситуации насилия	8	2	-	-	6	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить письменно аннотации научных статей по каталогу сайтов http://psyjournals.ru, cyberleninka.ru и других, посвященных обсуждению вопросов оказания помощи людям, оказавшимся в ситуации насилия. По вашему выбору сделайте конспект не менее 2-х статей по данной проблематике.</p> <p>2. Сделайте презентацию для представления в группе информации о существующих организациях по оказанию поддержки и помощи жертвам насилия (в г. Уфе, РБ, по России). Подготовьте мини-справочники с указанием адресов и телефонов (не менее 3-х экземпляров).</p> <p>3. Составьте батарею тестов для определения психологических</p>	Контрольная работа

								<p>характеристик и состояний (личностных особенностей, самооценки, тревоги, уровня самоконтроля, степени фрустрированности, депрессии и т.д.) у субъектов, подвергшихся насилию (на выбор: женщины, подростки, осужденные в местах лишения свободы и т.д.).</p> <p>4. Составьте конспект статьи: Знаков В.В. Понимание воинами-интернационалистами ситуаций насилия и унижения человеческого достоинства // Понимание в мышлении, общении, человеческом бытии. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. – С. 95-111.</p>	
8	Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания	8	-	2	-	6	<p>Основная литература: 1, 2, 3. Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составить таблицу этапов переживания горя, используя различные классификации // С.А. Шефов Психология горя. СПб.: Речь. 2007.</p> <p>2. Прочитав отрывок стенограммы первой встречи с пациенткой, перенесшей утрату [Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2005]. Письменно в формате эссе проанализируйте его, опираясь на следующие вопросы: Предположите, какой условно выделенной фазе горя соответствуют переживания. Есть ли признаки депрессии? Каковы физические симптомы? Есть ли признаки возможного развития</p>	Эссе

								<p>патологической реакции горя?</p> <p>На основе своих выводов по заданию 2 постройте стратегию дальнейшей беседы (попытайтесь определить цели беседы, если бы вы были консультантом в данной ситуации). Если вам нужна дополнительная информация о случившемся или состоянии пациентки, сформулируйте вопросы. Какого рода помощь, на ваш взгляд, необходима клиентке?</p> <p>3. Письменно составить таблицу по методам и техники помощи лицам, понесшим утрату // Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь близким / «Издательство ЭКСМО, 2009.</p> <p>4. Составить брошюру для психолога с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний человека в результате переживания утраты близких.</p>	
Модуль 3. Возрастные аспекты психологии кризисных ситуаций									
9	Психологическая помощь детям в кризисной ситуации	6	-	-	2	4	<p>Основная литература: 1, 2, 3.</p> <p>Дополнительная литература: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8</p>	<p>1. Составьте конспект статьи: Истратова О.Н. Причины детской конфликтности в периоды возрастных кризисов // Известия Южного федерального университета. Технические науки, 2004 КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/prichiny-detskoy-konfliktnosti-v-periody-vozzrastnyh-krizisov</p> <p>2. Составьте конспект статьи: Банников Г.С. Особенности оказания медико-психологической помощи</p>	Демонстрационный тест

								<p>несовершеннолетним, пережившим травматическое событие // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена, 2015.</p> <p>КиберЛенинка: https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-okazaniya-mediko-psihologicheskoy-pomoschi-nesovershennoletnim-perezvivshim-travmaticheskoe-sobytie</p> <p>3. Составить одну брошюру на выбор:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике кризисных состояний подростков. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у дошкольников в результате насильственных действий со стороны взрослых и более старших детей. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации природного характера. - Мини-брошюру с диагностическим инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации техногенного характера. - Мини-брошюру с диагностическим 	
--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

								<p>инструментарием по психодиагностике лиц, переживших чрезвычайные ситуации социального характера (террористические акты, нападения).</p> <p>4. Провести тестирование (самотестирование) с предоставлением письменного заключения по оценке психических состояний на основании следующих методик:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Методика определения доминирующего психического состояния – Методика определения актуального психического состояния – Методика определения уровня нервно-психического напряжения <p>Перечисленные методики не являются строго обязательными; их можно заменять другими, адекватными заявленной теме.</p>	
Итого: 72 часа (18 часов контактная работа+50 часов СРС+4 КСР)									

4. Фонд оценочных средств по дисциплине

4.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

ОК-9 - способность использовать приемы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций:

Этап, уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения					Процедуры оценивания
		1	2	3	4	5	
Первый этап Пороговый уровень	Знать:	Не знает	Имеет фрагментарные знания об основных приемах первой помощи, оказываемой субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации	В целом знает методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в рамках своих профессиональных задач	Знает методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в рамках своих профессиональных задач	Знает основные приемы первой помощи, оказываемой субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации; Знает методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций в рамках своих профессиональных задач	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест
Второй этап Базовый уровень	Уметь:	Не умеет	Не показывает сформированные умения использовать некоторые методы и техники первой помощи, оказываемой субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации с привлечением других специалистов	Умеет использовать некоторые методы и техники первой помощи, оказываемой субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации с привлечением других специалистов помогающих профессий	Умеет включаться в процесс оказания первой помощи, оказываемой субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации с привлечением других специалистов помогающих профессий	Умеет организовать первую помощь, оказываемую субъектам, попавшим в чрезвычайные ситуации с привлечением других специалистов помогающих профессий	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест

			профессий				
Третий этап Повышенный уровень	Владеть:	Не владеет	Не владеет навыками оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных ситуациях; методами психологического сопровождения личности взрослых и детей в кризисном состоянии, техниками работы с группами в кризисных и чрезвычайных ситуациях	Владеет навыками оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных ситуациях; методами психологического сопровождения личности взрослых и детей в кризисном состоянии, техниками работы с группами в кризисных и чрезвычайных ситуациях	Владеет навыками оказания психологической помощи, психотерапии и коррекции лицам с посттравматическим стрессовым расстройством, лицам, побывавшим в экстремальной или кризисной ситуации	Владеет навыками оказания психологической помощи, психотерапии и коррекции лицам с посттравматическим стрессовым расстройством, лицам, побывавшим в экстремальной или кризисной ситуации; Владеет технологиями оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных ситуациях; методами психологического сопровождения личности взрослых и детей в кризисном состоянии, техниками работы с группами в кризисных и чрезвычайных ситуациях	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест

ПК-8 - способность к проведению стандартного прикладного исследования в определённой области психологии:

Этап, уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения					Процедуры оценивания
		1	2	3	4	5	

Первый этап Пороговый уровень	Знать:	Не знает	Имеет фрагментарные знания о проведении стандартного прикладного исследования субъектов, имеющих негативные психологические последствия после нахождения в кризисных ситуациях	В целом знает основы проведения стандартного прикладного исследования субъектов, имеющих негативные психологические последствия после нахождения в кризисных ситуациях	Знает основы проведения стандартного прикладного исследования субъектов, имеющих негативные психологические последствия после нахождения в кризисных ситуациях	Знает основы проведения стандартного прикладного исследования субъектов, имеющих негативные психологические последствия после нахождения в кризисных ситуациях, с целью оказания им эффективной профессиональной помощи	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест
Второй этап Базовый уровень	Уметь:	Не умеет	Не показывает сформированные умения использовать некоторые психодиагностические процедуры, и применять отдельные методы математической обработки полученных данных	Умеет использовать некоторые психодиагностические процедуры, применять отдельные методы математической обработки полученных данных и формулировать выводы по проведенным исследованиям	Умеет использовать психодиагностические процедуры, применять методы математической обработки полученных данных и формулировать выводы по проведенным исследованиям	Умеет алгоритмизировать психодиагностические процедуры, применять методы математической обработки полученных данных и формулировать выводы по проведенным исследованиям	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест
Третий этап Повышенный уровень	Владеть:	Не владеет	Не владеет навыками применения психодиагностических и психокоррекционных методик субъекту, находящемуся в кризисной ситуации	Владеет навыками применения психодиагностических и психокоррекционных методик субъекту, находящемуся в кризисной ситуации	Владеет критериями выбора и навыками применения психодиагностических и психокоррекционных методик субъекту, находящемуся в кризисной ситуации	Владеет критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик, а также навыками интерпретации полученных данных с учетом норм профессиональной этики	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест

ПК-10 - способность к проектированию, реализации и оценке учебно-воспитательного процесса, образовательной среды при подготовке психологических кадров с учетом

современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий:

Этап, уровень освоения компетенции	Планируемые результаты обучения (показатели достижения заданного уровня освоения компетенций)	Критерии оценивания результатов обучения					Процедуры оценивания
		1	2	3	4	5	
Первый этап Пороговый уровень	Знать:	Не знает	Имеет фрагментарные знания об основах реализации и оценки учебно-воспитательного процесса в рамках изучаемой дисциплины с включением в демонстрационные сессии оказания психологической помощи субъектам, попавшим в кризисные ситуации современных активных и интерактивных методов и инновационных технологий	В целом знает основы реализации и оценки учебно-воспитательного процесса в рамках изучаемой дисциплины с включением в демонстрационные сессии оказания психологической помощи субъектам, попавшим в кризисные ситуации современных активных и интерактивных методов и инновационных технологий	Знает основы реализации и оценки учебно-воспитательного процесса в рамках изучаемой дисциплины с включением в демонстрационные сессии оказания психологической помощи субъектам, попавшим в кризисные ситуации современных активных и интерактивных методов и инновационных технологий	Знает основы проектирования, реализации и оценки учебно-воспитательного процесса в рамках изучаемой дисциплины с включением в демонстрационные сессии оказания психологической помощи субъектам, попавшим в кризисные ситуации современных активных и интерактивных методов и инновационных технологий	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест
Второй этап Базовый уровень	Уметь:	Не умеет	Не показывает сформированные оценивать своих знаний, умений, навыков и на этой основе выстраивать программу для самообучения с использованием интерактивных	Умеет использовать некоторые методы самооценки своих знаний, умений, навыков и на этой основе выстраивать программу для самообучения с использованием	Уверенно использует большинство методов самооценки своих знаний, умений, навыков и на этой основе выстраивать программу для самообучения с использованием	Уверенно использует методы самооценки своих знаний, умений, навыков и на этой основе выстраивать программу для самообучения с использованием	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест

			х методов обучения и инновационных технологий	м интерактивных методов обучения и инновационных технологий	м интерактивных методов обучения и инновационных технологий	интерактивных методов обучения и инновационных технологий	
Третий этап Повышенный уровень	Владеть:	Не владеет	Не владеет навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью ее оптимизации, навыками психопрофиляктики и психорегуляции своего психического состояния с применением современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий	Владеет навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью ее оптимизации, навыками психопрофиляктики и психорегуляции своего психического состояния с применением современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий	Уверенно использует навыки анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью ее оптимизации, навыками психопрофиляктики и психорегуляции своего психического состояния с применением современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий	Владеет навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью ее оптимизации, навыками психопрофиляктики и психорегуляции своего психического состояния с применением современных активных и интерактивных методов обучения и инновационных технологий	Контрольная работа Доклад с презентацией Коллоквиум Эссе Реферат Тест

Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю)

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции (или ее части)	Наименование оценочного средства
1	Теория кризисных ситуаций и состояний	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Контрольная работа
2	Индивидуальные жизненные кризисы	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Доклад с презентацией
3	Введение в проблематику психологического сопровождения личности в кризисном состоянии	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Коллоквиум
4	Психология травматического стресса	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Эссе
5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Реферат
6	Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Доклад с презентацией
7	Технологии психологической помощи в ситуации насилия	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Контрольная работа
8	Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Эссе
9	Психологическая помощь детям в кризисной ситуации	ОК-9, ПК-8, ПК-10	Демонстрационный тест

4.2. 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

Оформление комплекта заданий для контрольной работы

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Башкирский государственный университет»
Факультет психологии
Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Комплект заданий для контрольной работы по дисциплине Помощь человеку в кризисных ситуациях

Тема 1. Теория кризисных ситуаций и состояний

1. Психология кризисных состояний с позиции основных психологических направлений: психодинамическое и когнитивно-бихевиоральное.
2. Психология кризисных состояний с позиции основных психологических направлений: экзистенциально-гуманистическое и культурно-историческое.
3. Психология кризисных состояний с позиции основных психологических направлений: системно-деятельностный подход.
4. Признаки обыденной жизненной ситуации.
5. Трудные жизненные ситуации и их характеристики.
6. Основные понятия кризиса и кризисной ситуации.
7. Факторы, участвующие в возникновении кризисных состояний.

8. Закономерности протекания кризиса.

Тема 7 Технологии психологической помощи в ситуации насилия

1. Виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее.
2. Понятия абьюза, неглектинга, газлайтинга и моббинга.
3. Насилие и его цикличность.
4. Признаки и последствия насилия.
5. Поведение жертвы.
6. Экстренная психологическая помощь при острой травме насилия.
7. Помощь жертвам насилия в форме длительного психологического сопровождения.
8. Консультирование жертв семейного насилия.
9. Инцест как травма и стратегии совладания с ним.
10. Консультирование жертв сексуального насилия.
11. Групповая психотерапия с жертвами насилия.
12. Компетентность психолога при работе с жертвами насилия.

Критерии оценивания:

Подготовленный и оформленный в соответствии с требованиями контрольная работа оценивается по следующим критериям:

- достижение поставленной цели и задач исследования (новизна и актуальность поставленных в контрольной работе проблем, правильность формулирования цели, определения задач исследования, правильность выбора методов решения задач и реализации цели; соответствие выводов решаемым задачам, поставленной цели, убедительность выводов);
- уровень эрудированности автора по изученной теме (знание автором состояния изучаемой проблематики, цитирование источников, степень использования в работе результатов исследований);
- личные заслуги автора контрольной работы (новые знания, которые получены помимо образовательной программы, новизна материала и рассмотренной проблемы, научное значение исследуемого вопроса);
- культура письменного изложения материала (логичность подачи материала, грамотность автора)
- культура оформления материалов работы (соответствие работы всем стандартным требованиям);
- знания и умения на уровне требований стандарта данной дисциплины: знание фактического материала, усвоение общих понятий и идей;
- степень обоснованности аргументов и обобщений (полнота, глубина, всесторонность раскрытия темы, корректность аргументации и системы доказательств, характер и достоверность примеров, иллюстративного материала, наличие знаний интегрированного характера, способность к обобщению);
- качество и ценность полученных результатов (степень завершенности реферативного исследования, спорность или однозначность выводов);
- использование литературных источников.

При положительном заключении работа допускается к защите, о чем делается запись на титульном листе работы.

При отрицательной рецензии работа возвращается на доработку с последующим представлением на повторную проверку с приложением замечаний, сделанных преподавателем.

Критерии оценки контрольной работы по баллам:

5 баллов	4 балла	3 балла	2 балла	0 баллов
- Присутствуют все компоненты работы. - Представлен анализ нескольких источников рекомендованной литературы. - Грамотные ответы на	- Работа в целом выполнена. - Отмечаются некоторые неточности в изложении отдельных частей работы.	- Грамотный пересказ 1-3 источников, отсутствие элементов анализа.	- Работа списана или скачана из Интернета	- Работа не выполнена.

вопросы по проблеме.	- Владение основными позициями работы.	- Поверхностное представление о проблеме.		
----------------------	--	---	--	--

Составитель _____ И.Р. Хох
(подпись)

«___» _____ 20_ г.

Оформление тем для докладов с презентацией

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Башкирский государственный университет»
Факультет психологии
Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Темы докладов с презентацией

по дисциплине Помощь человеку в кризисных ситуациях

Тема 2. Индивидуальные жизненные кризисы

1. Теория индивидуальных кризисов: введение понятий и феноменология.
2. Развитие кризиса, этапы индивидуального жизненного кризиса.
3. Феномен одиночества.
4. Классификация индивидуальных жизненных кризисов.
5. Возрастные, профессиональные, творческие, экзистенциальные, духовные кризисы (на выбор обучающегося).
6. Ресурсы преодоления индивидуальных кризисов.

Тема 6 Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений

1. Суициды: общие понятия, терминология, распространенность.
2. Основные концепции, объясняющие суицидальное поведение.
3. Динамика суицидального поведения.
4. Проблема аутоагрессивного поведения.
5. Синдром Вертера.
6. Превенция, кризисная интервенция и поственция при суицидальном поведении.
7. Самоубийства и Кибер-пространство: новая реальность.
8. Трудности при оценке суицидального риска.
9. Суицидальная записка и её анализ.
10. Правовые и экономические аспекты суицидального поведения.

Критерии оценивания доклада с презентацией в баллах

Критерий	1-3 баллов	4-6 баллов	7-10 баллов
-----------------	-------------------	-------------------	--------------------

1. Соответствие содержания доклада заявленной теме	Содержание доклада лишь частично соответствует заявленной теме	Содержание доклада, за исключением отдельных моментов, соответствует заявленной теме	Содержание доклада соответствует заявленной теме
2. Степень раскрытия темы доклада	Раскрыта малая часть темы; поиск информации проведён поверхностно; в изложении материала отсутствует логика и актуальность	Тема раскрыта хорошо, но не в полном объёме; информации представлено недостаточно; в отдельных случаях нарушена логика в изложении материала	Тема раскрыта полностью; представлен обоснованный объём информации; изложение материала логично, и актуально
3. Умение доступно и понятно передать содержание доклада в виде презентации	Из представленной презентации не совсем понятна тематика представленной информации, детали не раскрыты	На основе представленной презентации формируется общее понимание тематики представленной информации, но не проработаны детали вопроса	На основе представленной презентации формируется полное понимание тематики представленной информации, раскрыты детали вопроса
4. Презентация информативная и эстетически оформлена	Презентация мало информативная и присутствуют технические и грамматические ошибки	Презентация частично информативная, но есть технические ошибки, оформлена эстетично	Презентация полностью информативная, отсутствуют технические и грамматические ошибки, оформлена эстетично
5. Наличие ссылок на работы, представленные в списке использованной литературы	Отсутствуют ссылки на использованные литературные источники	Представлены частично ссылки на использованную литературу	Полностью представлены ссылки на использованную литературу
6. Актуальность источников информации (использованная литература, представленная информация)	Источники информации выбраны формально и не актуальны	Большинство использованной литературы и представленной информации за последние 5 лет	Вся использованная литература и представленная информация за последние 5 лет

<p>7. Ораторское искусство: точность изложения, свободное владение материалом, эмоциональность выступления, культура речи (правильное произношение слов, постановка ударений в словах, отсутствие «слов-паразитов»), владение голосом (громкость, темп, интонация), умение привлечь внимание аудитории, соответствие регламенту</p>	<p>Выступление докладчика соответствует лишь трем критериям из представленных</p>	<p>Выступление докладчика соответствует лишь пяти критериям из представленных</p>	<p>Выступление докладчика полностью соответствует всем критериям из представленных</p>
---	---	---	--

Составитель _____ И.Р. Хох
(подпись)

« ____ » _____ 20 г.

Оформление вопросов для коллоквиумов

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Башкирский государственный университет»
Факультет психологии
Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Вопросы для коллоквиумов

по дисциплине Помощь человеку в кризисных ситуациях

Тема 3. Введение в проблематику психологического сопровождения личности в кризисном состоянии

1. Понятие «психологическое сопровождение».
2. Основные стадии психологического сопровождения.
3. Основные характеристики психологического сопровождения: процессуальность, пролонгированность.
4. Основные характеристики психологического сопровождения: недирективность, погруженность в реальную повседневную жизнь человека или семьи.
5. Основные характеристики психологического сопровождения: особые отношения между участниками этого процесса.
6. Принципы, на которые опирается процесс психологического сопровождения.
7. Кризисная интервенция как экстренная психологическая помощь.

8. Особенности диагностики кризиса семьи в процессе ее психологического сопровождения.
9. Приемы и методики психологического сопровождения.

Критерии оценки коллоквиума: - продемонстрирована способность анализировать и обобщать информацию; - продемонстрирована способность синтезировать новую информацию; - сделаны обоснованные выводы на основе интерпретации информации, разъяснения; - установлены причинно-следственные связи, выявлены закономерности;	
«5» (5 баллов), если	Задание выполнено полностью
«4» (4 балла), если	Задание выполнено с незначительными погрешностями
«3» (3 балла), если	Обнаруживает знание и понимание большей части задания

Составитель _____ И.Р. Хох
(подпись)

« ____ » _____ 20__ г.

Оформление тем для эссе

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Башкирский государственный университет»
Факультет психологии
Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Темы эссе

по дисциплине Помощь человеку в кризисных ситуациях

Тема 4. Психология травматического стресса

1. Концепция стресса Г. Селье.
2. Стресс как адаптационный процесс.
3. Понятие травматического стресса.
4. Комплекс реакций при травматическом стрессе.
5. Оптимальные и экстремальные условия жизнедеятельности и проблема психологической помощи.
6. Проблема психологической помощи при травматическом стрессе.
7. Личность и травматический стресс.
8. Научный вклад Н.В. Тарабриной в изучение травматического стресса.
9. Содержание понятия «психическая травма».
10. Концепция вытеснения травматических переживаний.
11. Психодинамика травмы.
12. Вторичные психические травмы.
13. «Соматизация» психической травмы.
14. Институализация понятия «психическая травма».

Тема 8. Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания

1. Определение состояния горя.

2. Понятие и виды потери.
3. Утрата как событие.
4. Утрата как процесс.
5. Переживание утраты: основные характеристики.
6. Стадии переживания утраты: отечественные и зарубежные исследования.
7. Переживание утраты как процесс «смысловой реконструкции».
8. Уровни переживания утраты.
9. Нормальная работа горя и патологическое горе.
10. Психологическая помощь при переживании горя.
11. Заболевания с витальной угрозой и психологический кризис.
12. Хосписная служба.
13. Психологические аспекты отношения общества к терминальным больным.
14. Психотерапия терминальных больных.
15. Психологическая проблема умирания.
16. Профессиональное выгорание персонала хосписов.

Критерии оценки (в баллах):

Параметры оценочного средства (пример для доклада/презентации)

Предлагаемое количество тем	5-8
Предел длительности контроля	Общее время 50-90 мин.
Критерии оценки: - соответствие выступления теме, поставленным целям и задачам; - показал понимание темы, умение критического анализа информации; - продемонстрировал знание методов изучения стратегий совладающего поведения и умение их применять в профессиональной деятельности психолога; - обобщил информацию с помощью таблиц, схем, рисунков и т.д.; - сформулировал аргументированные выводы	макс 10 баллов
если задание выполнено полностью и соответствует требованиям	(9 – 10) баллов
если задание выполнено с незначительными погрешностями	(8 – 7) баллов
если задание выполнено со значительным количеством содержательных/технических ошибок	(6 – 5) баллов
если задание не выполнено	0 баллов

Составитель _____ И.Р. Хох
(подпись)

«___» _____ 20 г.

Оформление тем для рефератов

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Башкирский государственный университет»
Факультет психологии
Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Темы рефератов

по дисциплине Помощь человеку в кризисных ситуациях

Тема 5. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе

1. Определение понятия посттравматическое стрессовое расстройство.

2. Диагностические критерии ПТСР.
3. Психологические механизмы возникновения ПТСР.
4. Факторы риска развития ПТСР.
5. Принципы коррекции и терапии при ПТСР.
6. Психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве.
7. Решение-фокусированная психотерапия.
8. Нарративные методы психотерапии при ПТСР.
9. Метод биологической обратной связи (БОС).
10. Методологические основы реабилитации комбатантов.
11. Болезнь как потеря здоровья, структура внутренней картины болезни (уровни).
12. Типы отношения к болезни (Н.Я. Иванов).
13. Определение секты. Критерии деструктивности секты.
14. Сектантзм как покушение на свободу личности. Понятие свободы.
15. Втягивание в секту. Этапы и особенности.
16. Уязвимость человека к попаданию в секту
17. Жизнь в секте как утрата личной свободы: психологическое состояние человека, вовлеченного в секту.
18. Террор и терроризм. Сущность и точки зрения.
19. Психологические реакции и поведение человека и групп людей в ЧС.
20. Тюремный синдром, комплекс психических состояний, развивающихся в местах лишения свободы.
21. Процесс адаптации заключенных, особенности реакций, основные фазы
22. Потеря работы, психологическое состояние человека.
23. Перевод, увольнение, сокращение. Особенности протекания.
24. Способы преодоления профессионального кризиса.
25. Катастрофы и ЧС как причины психологической травмы.
26. Война как источник травмы.
27. Насилие как причина психологической травмы.
28. Мифы и реальность о насилии в семье.
29. Типы жестокого обращения с детьми.
30. Сексуальное насилие как причина жизненной травмы. Особенности протекания травмированного состояния у мужчин, у женщин, у детей.

Критерии оценки (в баллах):

Оценка «ОТЛИЧНО» ставится, если выполнены все требования к написанию и защите реферата: обозначена проблема и обоснована её актуальность, сделан краткий анализ различных точек зрения на рассматриваемую проблему и логично изложена собственная позиция, сформулированы выводы, тема раскрыта полностью, выдержан объём, соблюдены требования к внешнему оформлению, даны правильные ответы на дополнительные вопросы.

Оценка «ХОРОШО» ставится, если основные требования к реферату и его защите выполнены, но при этом допущены недочёты. В частности, имеются неточности в изложении материала; отсутствует логическая последовательность в суждениях; не выдержан объём реферата; имеются упущения в оформлении; на дополнительные вопросы при защите даны неполные ответы.

Оценка «УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится, если имеются существенные отступления от требований к реферированию. В частности, тема освещена лишь частично; допущены фактические ошибки в содержании реферата или при ответе на дополнительные вопросы; во время защиты отсутствует вывод.

Оценка «НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО» ставится, если тема реферата не раскрыта, обнаруживается существенное непонимание проблемы.

Вышеуказанные оценки переводятся в баллы по следующей системе:

Оценка	«неудовлетворительно»	«удовлетворительно»	«хорошо»	«отлично»
Баллы	1	3	4	5

Составитель _____ И.Р. Хох
(подпись)

«___» _____ 20 г.

Оформление комплекта демонстрационного теста

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Башкирский государственный университет»
Факультет психологии
Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Комплект заданий демонстрационных тестов по дисциплине Помощь человеку в кризисных ситуациях

Тема 9. Психологическая помощь детям в кризисной ситуации

1) Проведение тестирования по следующим психодиагностическим методикам (работа в микрогруппах).

- Метод серийных рисунков и рассказов как психологическая помощь в совладании с переживанием утраты близкого.
- Тест Сильвер как инструмент арт-терапевтической диагностики и коррекции опыта перенесенного насилия у детей и подростков.
- Тесты на выявление признаков виктимности у несовершеннолетних.

2) Анализ полученных данных и написание заключения по результатам психодиагностического обследования. Образец заключения предоставляется преподавателем.

Критерии оценки написания заключения по итогам психодиагностического обследования (в баллах):

Критерии оценки: - соответствие набора психодиагностических методик цели обследования реципиента; - отбор информации, предоставленной автором психодиагностического инструментария, согласно полученным результатам обследования и заявленной цели данного обследования; - обобщил информацию и сформулировал аргументированный вывод во взаимосвязи с целью обследования реципиента; - сформулировала рекомендации по профилактике снижения стрессоустойчивости реципиента; - оформление заключения по итогам психодиагностического обследования без технических, грамматических и других видов ошибок	маж 10 баллов
«5», если задание выполнено полностью и соответствует требованиям	(9 – 10) баллов
«4», если задание выполнено с незначительными погрешностями	(8 – 7) баллов
«3», если задание выполнено со значительным количеством содержательных/технических ошибок	(6 – 5) баллов
«2», если задание не выполнено	0 баллов

Составитель _____ И.Р. Хох
(подпись)

«___» _____ 20__ г.

Оформление комплекта тестов (тестовых заданий)

Министерство образования и науки Российской Федерации
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования
«Башкирский государственный университет»
Факультет психологии
Кафедра психологического сопровождения и клинической психологии

Комплект тестов (тестовых заданий)

по дисциплине Помощь человеку в кризисных ситуациях

Инструкция: Внимательно прочитайте задание теста и выберите один из предложенных к нему ответов, который Вы считаете правильным:

1. Психологический кризис – это?

- А) Выраженное состояние конфликтности, возникающее в период перехода от одного периода возрастного развития к другому.
- Б) Внутреннее нарушение эмоционального баланса, наступающее под влиянием угрозы (человеческой психике), создаваемой внешними обстоятельствами.
- В) Неспецифическая реакция организма на ситуацию, которая требует большей или меньшей перестройки организма, для того чтобы адаптироваться к изменившимся условиям.
- Г) Тяжелое состояние, вызванное какой-либо причиной или резкое изменение статусов персональной жизни.

2. Для критической ситуации, по мнению Ф.Е. Василюка, характерны следующие понятия, за исключением:

- А) стресс
- Б) фрустрация
- В) дистресс
- Г) конфликт

3. Какие из перечисленных кризисов относятся к нормативному:

- А) кризис среднего возраста;
- Б) кризис адаптации к жизни после развода;
- В) кризис отказа от материнства;
- Г) кризис потери.

4. Какая фаза переживания горя длится приблизительно в течении 6-7 недель?

- А) шок и оцепенение;
- Б) фаза поиска;
- В) фаза острого горя;
- Г) фаза остаточных толчков и реорганизации;

5. В соответствии с концепцией «общего адаптационного синдрома» Г. Селье, стресс – это?

- А) Тяжелое состояние, вызванное какой-либо причиной или резкое изменение статусов персональной жизни.
- Б) Эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий.
- В) Неспецифическая реакция организма на ситуацию, которая требует большей или меньшей перестройки организма, для того чтобы адаптироваться к изменившимся условиям.
- Г) Внутреннее нарушение эмоционального баланса, наступающее под влиянием угрозы (человеческой психике), создаваемой внешними обстоятельствами.

6. Как характеризуется посттравматическое стрессовое расстройство?

- А) Тяжелое состояние, вызванное какой-либо причиной или резкое изменение статусов персональной жизни.
- Б) Неспецифическая реакция организма на ситуацию, которая требует большей или меньшей перестройки организма, для того чтобы адаптироваться к изменившимся условиям.
- В) Эмоциональное состояние, возникающее в ситуациях неопределенной опасности и проявляющееся в ожидании неблагоприятного развития событий.
- Г) Тяжёлое психическое состояние, которое возникает в результате единичной или повторяющихся психотравмирующих ситуаций, как, например, участие в военных действиях, тяжёлая физическая травма, сексуальное насилие, либо угроза смерти.

7. Что такое психологический дебрифинг?

- А) Метод психологической диагностики, использующий стандартизированные вопросы и задачи, имеющие определенную шкалу значений.
- Б) Форма психологической интервенции, особо организованная и четко структурированная работа с людьми, попавшими в кризисную или чрезвычайную ситуацию.
- В) Комплексное лечебное вербальное и невербальное воздействие на эмоции, суждения, самосознание человека.
- Г) Совокупность групповых методов формирования умений и навыков самопознания, общения и взаимодействия людей в группе.

8. Какие из перечисленных пунктов относятся к формам суицидального поведения?

- А) Высказывания о собственной смерти.
- Б) Нанесение татуировки.
- В) Протестное поведение.
- Г) Агрессивное поведение.

9. Отметьте патологический симптом горя, не относящиеся к естественному процессу переживания:

- А) Нарушения сна;

- Б) Потеря или увеличение веса;
- В) Апатия;
- Г) Задержка эмоциональной реакции на смерть (более месяца).

10. Кем был введен термин «суицид» в науку?

- А) Амбрумовой А.Г.
- Б) Брауном Т.
- В) Фрейдом З.
- Г) Выготским Л.С.

11. Подход к терапии кризисных психических состояний, который заключается в том, чтобы найти смысл в случившемся и в дальнейшей жизни, называется:

- А) гуманистической терапией;
- Б) рациональной терапией;
- В) логотерапией;
- Г) психодинамической терапией.

12. Подход к терапии кризисных психических состояний, при котором клиенту разъясняют причины и механизмы кризисных психических состояний вообще и в его ситуации в частности, называется:

- А) рациональной психотерапией;
- Б) сказкотерапией;
- В) логотерапией;
- Г) арт-терапией.

13. Подход к терапии кризисных психических состояний, состоящий в свободном фантазировании в форме образов - «картин» на заданную психотерапевтом тему, - это:

- А) гипнотерапия;
- Б) символ-драма;
- В) терапия иллюзией;
- Г) арт-терапия.

14. При психодиагностике кризисных состояний установление в анамнезе испытуемого самого факта переживания им травматического события является _____ этапом.

- А) первым;
- Б) вторым;
- В) третьим;
- Г) четвертым.

15. Психическое состояние, вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так воспринимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели, сопровождающееся интенсивным переживанием неудачи, - это:

- А) депривация;
- Б) дисфория;

- В) прострация;
- Г) фрустрация.

16. Тип острых реакций на стресс - патологические, чрезмерные эмоциональные реакции на чрезвычайную ситуацию в виде истерического смеха, рыданий и т.п., называется:

- А) аффективным;
- Б) поведенческим;
- В) конативным;
- Г) когнитивным.

17. Форма переживаний в виде невозможности принятия утраты вследствие ее внезапности – это:

- А) непринятое горе;
- Б) невозможная утрата;
- В) экстренная утрата;
- Г) неожиданное горе.

18. Наиболее тяжелая форма кризисных психических состояний называется?

- А) невротами;
- Б) психогенными (реактивными) психозами;
- В) расстройствами личности (психопатиями);
- Г) неврастениями.

19. Степень кризисности ситуации определяется:

- А. Оценкой ее окружающими.
- Б. Потенциальными возможностями личностного развития.
- В. Адаптивными возможностями самого человека.
- Г. Правильные ответы не представлены.

20. Неуспешное (длительное, либо патологическое) преодоление кризисной ситуации не происходит в случае:

- А. Ее отрицания;
- Б. Смирения с ней;
- В. Сопротивления ей;
- Г. Ее переживания.

21. Наиболее опасными для психического и психологического здоровья человека в большинстве случаев являются ситуации, связанные с:

- А. Невозможностью достижения намеченной цели;
- Б. Осмыслением конечности своего существования;
- В. Перестройкой системы ценностей;
- Г. Потерей работы.

22. Конструктивный выход из кризиса означает:

- А. Полную дезорганизацию личности.
- Б. Формирование личностного расстройств.
- В. Личностную деградацию.
- Г. Личностный рост, связанный с получением нового опыта.

23. Кризисные состояния на социально-психологическом уровне могут проявляться в:

- А. Нарушениях коммуникативных функций;
- Б. Нарушениях мыслительных операций;
- В. Нарушениях памяти;
- Г. Нарушениях сна.

24. Системный характер кризисных состояний проявляется в том, что они:

- А. Периодически проявляются в жизни.
- Б. Исключительно зависят от системы внешних условий.
- В. Всегда имеют исключительно негативные последствия для человека.
- Г. Охватывают все уровни личностной организации.

25. Для подростков наиболее тяжелыми в психологическом отношении оказываются:

- А. Сексуальные расстройства.
- Б. Заболевания, изменяющие внешность.
- В. Инфаркт миокарда.
- Г. Снижение остроты зрения.

26. Кризис первого года жизни характеризуется:

- А. Появлением социальных навыков.
- Б. Упрямством и негативизмом.
- В. Становлением ходьбы и речи.
- Г. Потребностью в самостоятельности.

27. Кризис «средних лет» наступает, как правило, в возрасте:

- А. 25 ± 2 года;
- Б. 35 ± 2 года;
- В. 45 ± 2 года;
- Г. 55 ± 2 года.

28. Какой тип ПТСР характеризуется постоянным переживанием внутреннего недовольства, раздражения, вплоть до вспышек гнева и ярости, на фоне угнетенно-мрачного настроения?

- А) Дисфорический тип;
- Б) Соматоформный тип;
- В) Тревожный тип;
- Г) Астенический тип.

29. Флешбэк в ситуации ПТСР означает:

- А) Чувство безразличия к собственному прошлому, связанному с травмирующим событием;
- Б) Повторяющиеся и насильно прорывающиеся в сознание воспоминания о травмирующем событии;
- В) Инсайт при разрешении проблемы, связанной с травмирующим событием;
- Г) Повышенное избегание воспоминаний о травмирующем событии.

30. Депрессивное состояние не характеризуется:

- А) Нарушениями в аффективной сфере;
- Б) Нарушениями моторной активности;
- В) Снижением чувства удовольствия;
- Г) Нарушениями в восприятии звуков.

Критерии оценки (в баллах):

<i>Кол-во верных ответов</i>	<i>Баллы</i>	<i>Кол-во верных ответов</i>	<i>Баллы</i>	<i>Кол-во верных ответов</i>	<i>Баллы</i>
30	30	20	20	10	10
29	29	19	19	9	9
28	28	18	18	8	8
27	27	17	17	7	7
26	26	16	16	6	6
25	25	15	15	5	5
24	24	14	14	4	4
23	23	13	13	3	3
22	22	12	12	2	2
21	21	11	11	1	1

Составитель _____ И.Р. Хох
(подпись)

«___» _____ 20 г.

4.3. Рейтинг-план дисциплины

Помощь человеку в кризисных ситуациях

Направление подготовки: 37.03.01 Психология, Уровень подготовки: бакалавриат
курс 4, семестр 8 2018 /2019 гг.

Количество часов по учебному плану 72, в т.ч. контактная работа 36, самостоятельная работа 36.

Преподаватель: Хох И.Р. кандидат психологических наук, доцент

Кафедра: Психологического сопровождения и клинической психологии

Виды учебной деятельности студентов	Балл за конкретное задание	Число заданий за семестр	Баллы	
			Минимальный	Максимальный
Модуль 1. Введение в психологию кризисных ситуаций				
Текущий контроль				15
1. Контрольная работа	5	1	0	5
2. Доклад с презентацией	10	1	1	10
Рубежный контроль				5
1. Коллоквиум	5	1	3	5
Модуль 2. Понятие и механизмы психической травмы. Технологии психологической помощи при психической травме				
Текущий контроль				30
1. Эссе	10	1	0	10
2. Реферат	5	1	1	5
3. Доклад с презентацией	10	1	1	10
4. Контрольная работа	5	1	0	5
Рубежный контроль				10
1. Эссе	10	1	1	10
Модуль 3. Возрастные аспекты психологии кризисных ситуаций				
Текущий контроль				10
1. Демонстрационный тест	10	1	0	10
Рубежный контроль				30
1. Выполнение теста	30	1	1	30
Поощрительные баллы				
1. Студенческая олимпиада				4
2. Публикация статей				3
3. Работа со школьниками (кружок, конкурсы, олимпиады)				3
Посещаемость (баллы вычитаются из общей суммы набранных баллов)				
1. Посещение лекционных занятий			0	-6
2. Посещение практических (семинарских, лабораторных занятий)			0	-10
Итоговый контроль				
1. Зачет (дифференцированный зачет)				-
2. Экзамен				-

Утверждено на заседании кафедры _____

Протокол № _____ от « _____ » _____ 20__ г.

Зав. кафедрой _____ / _____ /

Преподаватель _____

5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

5.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

Основная литература:

1. Одинцова М.А. Психология стресса: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. - Москва: Юрайт, 2017. – 299 с.. - (Бакалавр и магистр. Академический курс)

2. Пономарева И.М. Работа психолога в кризисных службах [Электронный ресурс]: учеб. пособие / И.М. Пономарева - Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014 - 198 с.

3. Сапольски Р. Психология стресса. / Why Zebras Don'T Get Ulcers/ Р. Сапольски. - 3-е изд.. - Санкт-Петербург: Питер, 2017. - 480 с..

Дополнительная литература:

1. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. – М.: Изд-во Эксмо, 2005. – 960 с.

2. Малкина-Пых И.Г. Возрастные кризисы. – М.: Изд-во Эксмо, 2004. – 896 с.

3. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов-на-Дону: Феникс. 2005.

4. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Г. Осухова. – 2-е изд., испр. – М.: Изд. Центр «Академия», 2007. – 288 с.

5. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь: Учебник / под ред. д-ра пс. н. Н.С. Хрусталёвой. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2013. – 142 с.

6. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психологическая травматизация и её последствия: Учебник / под ред. д-ра пс. н. Н.С. Хрусталёвой. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2014. – 372 с.

7. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм: Учебник / под ред. д-ра пс. н. Н.С. Хрусталёвой. – СПб.: Изд-во С.-Петербургского ун-та, 2016. – 446 с.

8. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб.: Речь, 2004. – 256 с.

5.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» и программного обеспечения, необходимых для освоения дисциплины

№	Учебные и научные ресурсы	Характеристика	Доступ	Регистрация	Ссылка на ресурс
Учебные ресурсы					
1.	Электронно-библиотечная система «Электронный читальный зал»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий, в т.ч. содержит внутривузовские издания	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация в Отделе Электронной информации Библиотеки (корпус физмата, читальный зал №2)	https://bashedu.bibliotech.ru/Account/LogOn
2.	Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека online»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ,	http://www.biblioclub.ru/
3.	Электронно-библиотечная система издательства «Лань»	Полнотекстовая БД учебных и научных электронных изданий	Авторизованный доступ по паролю из любой точки сети Интернет	Регистрация с любого ПК из сети БашГУ	http://e.lanbook.com/
Российские научные ресурсы					
4.	Научная	Полнотекстовая и	Авторизованный	Регистрация с любого ПК из	http://elibrary.r

	электронная библиотека (eLibrary)	аннотированная БД электронных научных изданий и публикаций в периодических изданиях	доступ по паролю в сети вуза. Пользование ресурсами открытого доступа с любого компьютера в сети Интернет	сети БашГУ.	<u>u/</u>
5.	База данных «Вестник Московского университета» (на платформе East View)	Полнотекстовая БД научных статей, опубликованных в журнале «Вестник МГУ» (25 серий)	Авторизованный доступ по паролю в сети вуза	Без регистрации	http://online.ebiblioteka.ru/

6. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения. Реквизиты подтверждающего документа
<p>1. учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа: аудитория № 606 (гуманитарный корпус), аудитория № 607 (гуманитарный корпус).</p> <p>2. учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа: аудитория № 601 а (гуманитарный корпус), аудитория № 603 (гуманитарный корпус).</p> <p>3. помещения для самостоятельной работы: читальный зал № 5 (гуманитарный корпус).</p> <p>4. учебная аудитория для проведения групповых и индивидуальных консультаций, для текущего контроля и промежуточной аттестации: аудитория 601 б (гуманитарный корпус).</p>	<p>Аудитория № 606 Учебная мебель, доска, мультимедийный проектор Panasonic PT-LB78BE, экран настенный Classic Norma 244*183, ноутбук Lenovo G570, 15.6, Intel Celeron, 2 Gb</p> <p>Аудитория № 607 Учебная мебель, доска, мультимедийный проектор Panasonic PT-LB78BE, экран настенный Classic Norma 244*183, ноутбук Lenovo G570, 15.6, Intel Celeron, 2 Gb</p> <p>Аудитория № 601 а Учебная мебель, доска</p> <p>Аудитория № 603 Учебная мебель, доска</p> <p>Читальный зал № 5 (гуманитарный корпус) Учебная мебель – 27 посадочных мест, учебно-наглядные пособия, принтер Kyocera M130 – 1 шт., сканер Epson V33 – 1 шт., моноблок Compaq Intel Atom, 20.0”, 2 GB, Моноблок IRu 502, 21.5”, Intel Pentium, 4 GB, огнетушитель – 1 шт., подставка автосенсорная на сканер – 1 шт.</p> <p>Аудитория № 601 б Учебная мебель</p>	<p>1. Windows 8 Russian. Windows Professional 8 Russian Upgrade. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №104 от 17.06.2013 г.)</p> <p>2. Microsoft Office Standard 2013 Russian. Бессрочная лицензия OLP NL Academic Edition (договор №114 от 12.11.2014 г.)</p>