

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Сахалинский государственный университет»

Кафедра психологии

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
_____ (расшифровка подписи)
« _____ » _____ 2020 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Дисциплины

Б1.В.02 «Особенности психологического консультирования в чрезвычайных ситуациях»

Уровень высшего образования
МАГИСТРАТУРА

Направление подготовки
44.04.02. «Психолого-педагогическое образование»
(код и наименование направления подготовки)

«Психологическое консультирование в образовании»
(наименование направленности (профиля) образовательной программы)

Квалификация
магистр

Форма обучения
очная

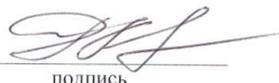
РПД адаптирована для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Южно-Сахалинск 2020

Рабочая программа дисциплины «Особенности психологического консультирования в чрезвычайных ситуациях» составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки 44.04.02. «Психолого-педагогическое образование»

Программу составила:

Римма Анваровна Кутбиддинова,
кандидат психологических наук, доцент


подпись

Рабочая программа дисциплины «Особенности психологического консультирования в чрезвычайных ситуациях» утверждена на заседании кафедры психологии Института психологии и педагогики
протокол № 8 «15» 05 2020 г.

Заведующий кафедрой Власенкова Е.Г.
фамилия, инициалы


подпись

Рецензент: (представители работодателей и/или академических сообществ)

В.А. Везинова *с.но. доцент кафедры*
педагогич. и психологич.
ТБГУ ФГО ВО ИРАСО

Ф.И.О., должность, место работы

1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины – формирование компетентности в области психологического консультирования в области теории и практики психологии чрезвычайных, кризисных ситуаций, владеющего специальными знаниями, умениями и навыками в области психологических аспектов кризисных ситуаций в соответствии с современными научными представлениями и практикой. Приобретение таких знаний и навыков составляет важное условие для квалифицированного решения специалистом широкого спектра задач в различных экстремальных условиях, в ситуации дефицита времени, а также повышает уровень собственной психологической безопасности.

Задачи дисциплины:

- 1) формирование у студентов базовых психологических знаний в области чрезвычайных и экстремальных ситуаций;
- 2) повышение уровня профессиональной готовности студентов к решению практических психолого-педагогических задач в сфере чрезвычайных и экстремальных ситуаций;
- 3) формирование у студентов профессионального мышления в подходе к анализу специфики чрезвычайных и экстремальных ситуаций;
- 4) развитие навыков психологического консультирования в чрезвычайных и экстремальных ситуациях.

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина (модуль) относится к обязательным дисциплинам (модулям) блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана Б1.В.02.

Пререквизиты дисциплины: «Консультирование в образовании», «Психолого-педагогическое сопровождение в консультативной деятельности», «Организация профессиональной деятельности психолого-педагогического направления».

Постреквизиты дисциплины: «Методы и приемы группового консультирования» «Особенности психологического консультирования обучающихся с психопатологией и неврологией», «Психологическое консультирование лиц, перенесших горе и утрату», «Особенности медиации в консультативной деятельности образовательных организаций».

3 Формируемые компетенции и индикаторы их достижения по дисциплине (модулю)

Коды компетенции	Содержание компетенций	Код и наименование индикатора достижения компетенции
ПКС-2	Способен к просветительской деятельности с объектами образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения	Знать: специфику осуществления просветительской деятельности с объектами образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Уметь: осуществлять просветительскую деятельность с объектами образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения в условиях чрезвычайных ситуаций. Владеть: навыками осуществления просветительской деятельности с объектами образовательных отношений, межведомственных команд и уязвимых групп населения в условиях чрезвычайных ситуаций.
ПКС-3	Способен к планированию и проведению	Знать: особенности планирования и проведения консультационной деятельности с семьями и педагогическим коллективом в условиях

	консультационной деятельности с семьями и педагогическим коллективом, коррекционно-развивающей работы с обучающимися, в том числе работы по восстановлению и реабилитации	чрезвычайных ситуаций. Уметь: проводить планирование, консультационную деятельность с семьями и педагогическим коллективом, коррекционно-развивающую работу с обучающимися в условиях чрезвычайных ситуаций. Владеть: навыками планирования и проведения консультационной деятельности с семьями и педагогическим коллективом в условиях чрезвычайных ситуаций.
--	---	---

4 Структура и содержание дисциплины

4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетная единица (72 академических часа).

Вид работы	Трудоемкость, акад. часов	
	3 семестр	всего
Общая трудоемкость	72	72
Контактная работа:		
Лекции (Лек)	8	8
Практические занятия (ПР)	8	8
Лабораторные работы (Лаб)		
Контактная работа в период теоретического обучения (КонтТО)	4	4
Конт ПА		
Промежуточная аттестация: зачет		
Самостоятельная работа:	52	52
<i>Составить словарь основных понятий.</i>	13	
<i>Практическое задание: анализ собственного кризисного состояния.</i>	13	
<i>Диагностика «Шкала безнадежности» А.Бека.</i>	13	
<i>Практическое упражнение</i>	13	

4.2 Распределение видов работы и их трудоемкости по разделам дисциплины

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел дисциплины / темы	Виды учебной работы (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
		Семестр	контактная				
			Лекции	Лабораторные занятия	Практические занятия	Самостоятельная работа	
1.	Введение в кризисную психологию. Предмет и задачи кризисной психологии. Особенности	3	2	–	2	13	Присутствие на занятиях, выполнение самостоятельной работы. Составить словарь основных понятий.

	чрезвычайных ситуаций.						
2.	Стресс: понятие, стадии. Симптомы и источники стресса.	3	2	–	2	13	Присутствие на занятиях, выполнение самостоятельной работы. Практическое задание: анализ собственного кризисного состояния.
3.	Посттравматический стрессовый синдром. Общие подходы к психотерапии ПТСР.	3	2	–	2	13	Присутствие на занятиях, выполнение самостоятельной работы. Диагностика «Шкала безнадежности» А.Бека.
4.	Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций.	3	2	–	2	13	Присутствие на занятиях, выполнение самостоятельной работы. Практическое упражнение.
	Итого:	–	8	–	8	52	Зачет

4.3 Содержание разделов дисциплины

Темы лекционных занятий

Введение в кризисную психологию. Предмет и задачи кризисной психологии. Особенности чрезвычайных ситуаций.

1. Введение в кризисную психологию.
2. Предмет и задачи кризисной психологии.
3. Особенности чрезвычайных ситуаций.
4. Специфика психологического консультирования.

Стресс: понятие, стадии. Симптомы и источники стресса.

1. Стресс: понятие, виды и стадии.
2. Симптомы и источники стресса.
3. Консультирование при остром стрессе.

Посттравматический стрессовый синдром. Общие подходы к психотерапии ПТСР.

1. Посттравматический стрессовый синдром.
2. Общие подходы к психотерапии ПТСР.
3. Консультирование при ПТСР.

Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций.

1. Психологические ресурсы личности.
2. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций.

4.4 Темы семинарских занятий

Введение в кризисную психологию. Предмет и задачи кризисной психологии. Особенности чрезвычайных ситуаций.

1. Особенности чрезвычайных ситуаций.

2. Специфика психологического консультирования.

Стресс: понятие, стадии. Симптомы и источники стресса.

1. Консультирование при остром стрессе.
2. Консультирование при хроническом стрессе.

Посттравматический стрессовый синдром. Общие подходы к психотерапии ПТСР.

1. Консультирование при ПТСР.
2. Консультирование при ПСР.

Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций.

1. Психологические ресурсы личности.
2. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций.

5 Темы дисциплины (модуля) для самостоятельного изучения

Методические указания по организации самостоятельной работы студентов

Самостоятельная работа организуется с целью формирования компетенций (предусмотренных данной программой), понимаемых как способность применять знания, умения и личностные качества.

Основные формы организации самостоятельной работы:

Аудиторная самостоятельная работа под методическим руководством преподавателя на практических занятиях.

Внеаудиторная самостоятельная работа под методическим руководством и контролем преподавателя, но без его непосредственного участия при подготовке к аудиторным занятиям, текущим и промежуточным формам контроля.

Самостоятельная работа студентов

1. Составить словарь основных понятий по дисциплине (не менее 20 понятий).

Например, в виде таблицы:

№	Термин	Определение понятия
1.	Чрезвычайная ситуация	
2.	Кризисная ситуация	
3.	Акцентуация личности	
4.	Возраст	
5.	Депривация	
6.	Конфликт	
7.	Кризис	
8.	Насилие	
9.	Психологическая защита	
10.	Ресурс личности	
11.	Стресс	
12.	Фрустрация	
13.	и т.д.	

2. Выполните практическое задание. Абстрактное знание о кризисе не имеет особой ценности. Полезнее обдумать все эти идеи в связи с реальными примерами и лучше на материале собственной жизни. Выполните следующее упражнение. Вам потребуется бумага и ручка.

Вспомните кризис, который вы пережили (лучше в недалеком прошлом). Для того чтобы выяснить природу взятого для анализа кризиса, запишите ответы на следующие вопросы.

– Какое событие или осложнение вызвало кризис? Опишите, что произошло.

– Были ли какие-либо исходные обстоятельства, которые осложнили переживание данного события именно в тот период времени? Опишите общее состояние дел в то время, когда случился кризис.

– Был ли кризис неожиданным? Сколько предупредительных знаков, говорящих о том, что события развиваются к худшему, вы получили? Оглянитесь назад: имелась ли у вас какая-нибудь возможность предотвратить кризис?

– Когда кризис случился, в какой мере вы могли контролировать развитие событий? Возвращаясь к прошлому, обозначьте, насколько реалистична была ваша оценка происходящего. В какой степени изменился ваш привычный образ жизни в результате кризиса? Отметьте любые нарушения привычных стереотипов поведения ввремя работы, отдыха, сна, пробуждения и встреч с разными людьми.

– Какие чувства вы испытывали во время переживания кризиса? Насколько неопределенным представлялся вначале выход из кризиса? Представляли ли вы, что может случиться в будущем? Если нет, то почему?

– Включал ли кризис какую-нибудь личную потерю? Если да, то что это была за потеря (смерть любимого человека или родственника, утрата значимого идеала, статуса, независимости, телесных функций)? Опишите, что значила эта потеря для вас. Включал ли кризис какую-либо угрозу или опасность? Если да, то какую?

– Сопровождался ли кризис вашим унижением? Попытайтесь объяснить, что именно вы сочли унижительным для себя.

– Сопровождался ли кризис каким-либо неприятным открытием для вас, то есть обнаружением чего-то огорчительного, о чем вы до того не подозревали?

– Оглядываясь назад, можете ли вы определить, содержалось ли в вашем кризисе какое-либо скрытое обращение к вам? На что в вашей жизни в это время открыл вам глаза кризис?

3. Проведите психологическую диагностику себя по «Шкале безнадежности» А. Бека.

Безнадежность представляет собой психологический феномен депрессивного восприятия реальности, собственного «Я» и будущих перспектив в негатив но окрашенных тонах.

Безнадежность (hopelessness) относится к психологическим характеристикам, определяемым через пессимизм или негативные ожидания. В когнитивных терапевтических подходах безнадежность определяется как набор негативных представлений и мыслей о будущем. Эти представления и мысли привлекаются для объяснения причин возникновения разнообразных психологических проблем, таких как депрессия, суицид, шизофрения, алкоголизм, социопатия, соматические заболевания. Несмотря на то что безнадежность в клинической сфере всегда связывалась с аффективными проблемами, именно благодаря работам Аарона Т. Бека снова появился интерес к этому понятию. До работ Бека исследователи предполагали, что понятие безнадежность слишком расплывчато, чтобы его можно было объективно измерять. Тем самым они ограничивали возможность клинического изучения проблемы и применения

полученных результатов. В результате клинических наблюдений и в ходе исследований, продемонстрировавших наличие связи между пессимизмом и причинением себе вреда, стало возможным количественное измерение безнадежности с помощью ряда специально разработанных психологических тестов. Конструкт безнадежности может строиться на основе взаимосвязанных аспектов, таких как негативное отношение к будущему, потеря мотивации и негативные ожидания. Безнадежность сейчас рассматривается как один из самых важных психологических предикторов суицида и сопутствующих форм поведения, связанный у психиатрических пациентов с присутствием суицидальных намерений, формированием суицидальных идей и с совершаемыми суицидами. Фактически, безнадежность может быть даже более важным предиктором суицидальных намерений, чем депрессия. В условиях статистического контроля безнадежности ранее значимые связи между депрессией и суицидальными измерениями становятся незначимыми.

Однако когда уровень депрессии статистически определяется как постоянный, получаемые значимые связи между безнадежностью и суицидальными намерениями остаются значимыми. Т. о. возникает предположение, что безнадежность, опосредует связь депрессии с суицидом: Депрессия → Безнадежность → Суицид.

Несмотря на значимость связей между измерениями безнадежности и суицида, эти связи далеки от прямолинейной зависимости. Не все доведенные до полного отчаяния люди кончают жизнь самоубийством, равно как не все самоубийцы обязательно испытывают чувство безнадежности. Тем не менее безнадежность представляет собой важный клинический признак существования суицидального потенциала.

№	Вопросы	Верно	Неверно
1.	Я жду будущего с надеждой и энтузиазмом		
2.	Мне пора сдать, т.к. я ничего не могу изменить к лучшему		
3.	Когда дела идут плохо, мне помогает мысль, что так не может продолжаться всегда		
4.	Я не могу представить, на что будет похожа моя жизнь через 10 лет		
5.	У меня достаточно времени, чтобы завершить дела, которыми я больше всего хочу заниматься		
6.	В будущем, я надеюсь достичь успеха в том, что мне больше всего нравится		
7.	Будущее представляется мне во тьме		
8.	Я надеюсь получить в жизни больше хорошего, чем средний человек		
9.	У меня нет никаких просветов и нет причин верить, что они появятся в будущем		
10.	Мой прошлый опыт хорошо меня подготовил к будущему		
11.	Всё, что я вижу впереди – скорее, неприятности, чем радости		

12.	Я не надеюсь достичь того, чего действительно хочу		
13.	Когда я заглядываюсь в будущее, я надеюсь быть счастливее, чем я есть сейчас		
14.	Дела идут не так, как мне хочется		
15.	Я сильно верю в своё будущее		
16.	Я никогда не достигаю того, что хочу, поэтому глупо что – либо хотеть		
17.	Весьма маловероятно, что я получу реальное удовлетворение в будущем		
18.	Будущее представляется – мне расплывчатым и неопределенным		
19.	В будущем ждет больше хороших дней, чем плохих		
20.	Бесполезно пытаться получить то, что я хочу, потому, что вероятно, я не добьюсь этого		

Интерпретация результатов тестирования:

Максимальный счет – 20 баллов.

0 – 3 балла – безнадежность не выявлена;

4 – 8 баллов – безнадежность легкая;

9 – 14 баллов – безнадежность умеренная;

15 – 20 баллов – безнадежность тяжелая.

4. Выполните практическое упражнение. Продумайте и опишите стратегию помощи. Если для этого необходима дополнительная информация о пациентке, сформулируйте, что следует узнать. Что необходимо сделать в первую очередь?

Интервью (отрывок из записи первой встречи)

(П): Долго не могла я... к вам прийти. Но поняла, что дальше так жить не смогу. Время идет, а мне все хуже и хуже. Может быть, есть какие-то приемы, гипноз, чтобы не думать, не вспоминать?

(К): У вас случилось несчастье?

(П): Да, никому такого не пожелаю. Сын у меня погиб. А было ему всего двадцать семь лет. А мне уже пятьдесят. И я живу. У меня язву нашли осенью, я даже обрадовалась, может, умру скорее. И муж живет, хоть и всю жизнь пил. Ничего с ним не делается. Ох, не слушайте меня. Я никому не желаю смерти. Сама не знаю, что говорю. Такие мысли в голову приходят, что страшно. Страшно жить и страшно умирать. А хочется. Даже и не знаю, зачем я живу. Сын был моей болью, но ради него я жила... Может, я отнимаю у вас время и не надо об этом говорить?

(К): Что вы! Надо говорить, обязательно! Вы с кем-нибудь говорили?

(П): Ох, говорила... и не говорила. Я вам скажу, что люди, конечно, мне сочувствуют. Но они уже устали, знаете, кому это приятно? А на работе я ничего не говорю. Родные, даже мама моя, никто не понимает. Мой сын... он пил... сильно пил. Сколько мы с ним пережили... А последние два года он и дома не жил. Не то чтобы мы его не пускали, но ключей не давали. «Приходи, когда кто-то дома, а так, сынок, извини, я не могу тебя одного дома оставить» ...столько всего пропало. Он вещи начал из дома выносить, пропивал... из-за этого. Это, может, и не он брал, а его друзья, никому не мог

он отказать. Ну и перестал он домой приходить. То появлялся, а потом отец его выгнал. Мой муж закодировался, десять лет прошло, но сын ему так и не простил, как в детстве над ним издевался. Он был мальчик хороший, тихий, как девочка, до семнадцати лет ничего в рот не брал и не курил.

(Пауза).

(К): когда он погиб?

(П): В феврале прошлого года. Перед Новым годом мне приснился сон, что он из какой-то ямы зовет меня: «Мама, мама!» И я подумала, что с ним неладно. Я и до того все эти два года не спала, ночью ходила, все слушала, казалось, он в подъезде, стоит перед дверью, а позвонить боится. Он очень ласковый, добрый мальчик был. И меня всегда боялся побеспокоить. И он вдруг пришел через день после этого сна, весь грязный, оборванный, трясется от холода, ноги распухшие. *(Далее пациентка рассказывает, как сын стал жить дома, она устроила его на работу, определила на лечение. Сын погиб в результате дорожного происшествия. Он был в состоянии алкогольного опьянения и внезапно выбежал на дорогу, где его сбил грузовой автомобиль. Следствие установило, что водитель грузовика не виновен. Пациентка подавала повторные иски, она добивается, чтобы водитель, юноша 22 лет, был наказан.)*

(К): Так вы хотите, чтобы его осудили?

(П): Я сделаю все, что смогу, справедливости я добьюсь. Он не должен жить, как ни в чем не бывало, когда мой сын в могиле лежит. Я все сделаю для этого. Только бы были силы. Но боюсь, их не хватит. Как бы мне спать, хоть немного? Сколько же может выдержать человек без сна? А если засну, кошмары, мне сын каждый раз снится. И все стоит перед глазами, как он уходил в последний раз. «Мама, не волнуйся, я в порядке. Ты у меня самая лучшая». (Пауза). От него был запах, спиртным, даже когда пошел на лечение. Но я думала, что постепенно... будет ходить, лечение поможет. И не говорила ничего, он обидчивый очень был. Я верила, что судьба это: и сон мой, и то, что он домой вернулся... Он раньше меня не слушал, а в этот раз сказал: «Все, мама, я хочу жить по-человечески, только ты мне помоги». И его убили, когда он стал жить по-человечески! Разве это можно простить, нет, я должна добиться справедливости, не может человек убить и жить, как ни в чем не бывало. *(Рассказ о хождении по инстанциям, судебных разбирательствах.)*... Дочь мне говорит: «Мама, сколько можно», но она-то и не любила брата, он ей все мешал, ей стыдно было перед подружками. Ей ни до кого нет дела, она для себя живет, эгоистка. А он всю жизнь меня жалел. А когда вернулся перед смертью, так она с ним и не разговаривала. Никому он не нужен был. И я одна, с мужем у нас давно уже... когда пил, то издевался, а как закодировался, ничего знать не хочет, кроме своего здоровья. Если бы не работа, я бы уже сума сошла. У меня работа ответственная, я за людей отвечаю, и никто не знает, что я в аду живу...

6. Образовательные технологии

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебных занятий	Образовательные технологии
1.	<i>Введение в кризисную психологию. Предмет и задачи кризисной психологии. Особенности чрезвычайных ситуаций.</i>	<i>Лекции 1. Семинар 1. Самостоятельная работа</i>	<i>Лекция с использованием презентации Развернутая беседа с обсуждением Составить словарь основных понятий.</i>
2.	<i>Стресс: понятие, стадии.</i>	<i>Лекция 2.</i>	<i>Лекция с использованием презентации</i>

	<i>Симптомы и источники стресса.</i>	<i>Семинар 2. Самостоятельная работа</i>	<i>Развернутая беседа с обсуждением Практическое задание: анализ собственного кризисного состояния.</i>
3.	<i>Посттравматический стрессовый синдром. Общие подходы к психотерапии ПТСР.</i>	<i>Лекция 3. Семинар 3. Самостоятельная работа</i>	<i>Лекция с использованием презентации Развернутая беседа с обсуждением Диагностика «Шкала безнадежности» А.Бека.</i>
4.	<i>Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций.</i>	<i>Лекция 4. Семинар 4. Самостоятельная работа</i>	<i>Лекция с использованием презентации Развернутая беседа с обсуждением Практическое упражнение</i>

7 Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

Материалы текущего контроля

1. Деструктивный выход из кризиса характеризуется:
 - разрушительными последствиями и личностной дезорганизацией
 - личностным ростом
 - позитивной интеграцией опыта
2. Переживание психологических кризисов через «уход в себя» более характерно для:
 - мужчин
 - женщин
3. Системный характер кризисных состояний проявляется в том, что они:
 - периодически проявляются в жизни
 - охватывают все уровни личностной организации
 - исключительно зависят от системы внешних условий
4. Патологическое реактивное состояние вследствие травмирующего воздействия различных неблагоприятных факторов, возникающих в опасных для жизни условиях, на психическую деятельность человека называется:
 - шоковой реакцией
 - психогениями
 - постстрессовым расстройством
5. При дистрессе у человека могут появляться:
 - уменьшение активности мышления, «толчение мыслей на месте», «уход в мысли о прошлом и будущем»
 - активация дискурсивного мышления
 - все ответы верны
6. К основным причинам психологического кризиса традиционно относят:
 - ограниченное и искаженное восприятие
 - все ответы верны
 - наличие стрессоров
7. Конструктивный выход из кризиса означает:

- личностный рост, связанный с получением нового опыта
 - неполную дезорганизацию личности
 - полную дезорганизацию личности
8. Неуспешное (длительное либо патологическое) преодоление кризисной ситуации происходит в случае:
- смирения с ней
 - все ответы верны
 - ее отрицания
9. Укажите основные симптомы кризиса 3-х лет:
- строптивость
 - своеволие
 - все ответы верны
10. Согласно определению Ганса Селье, стресс представляет собой общий адаптационный синдром, обеспечивающий мобилизацию организма и имеет три стадии развития. На первой стадии под воздействием стрессора происходит:
- активно-эмоциональные изменения
 - мобилизация организма
 - активация симпатической нервной системы
 - дистресс
11. Кризис у человека может проявиться через:
- все ответы верны
 - нарушение внимания
 - нарушение памяти
12. При анализе и определении сущности кризисного события можно выделить-----
подход
- психологический
 - социологический
 - все ответы верны
13. Ситуация для человека становится кризисной в силу:
- субъективного переживания самим человеком ее как таковой
 - мнений и взглядов других людей, считающих ее таковой
 - ее негативных последствий
14. Кризисные состояния на социально-психологическом уровне могут проявляться в:
- нарушениях мыслительных операций
 - нарушениях памяти
 - нарушениях коммуникативных функций
15. Условия безопасности в процессе кризисной интервенции и дебрифинга включают:
- определение временного интервала работы
 - организацию изолированного помещения
 - все ответы верны

Вопросы к зачету

1. Введение в чрезвычайную и кризисную психологию. Предмет и задачи кризисной психологии.

2. Кризис: понятие, виды. Критические ситуации. Сходство и различие нормативных и ненормативных кризисов.
 3. Чрезвычайные ситуации.
 4. Трудные жизненные ситуации.
 5. Стресс: понятие, стадии. Симптомы и источники стресса.
 6. Эмоциональное выгорание: понятие, проявление. Пути снижения эмоционального выгорания.
 7. Фрустрация: понятия, характеристика. Теории фрустрации.
 8. Кризисные личности.
 9. Психология горя. Общие симптомы горя. Фазы горя и их характеристика.
 10. Фазы детского горя и их характеристика.
 11. Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания.
 12. Насилие: понятие, виды. Насилие как причина травмы.
 13. Сексуальное насилие как причина серьезного жизненного кризиса.
 14. Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений.
 15. Факторы суицидального риска. Пути помощи клиенту.
 16. Посттравматический стрессовый синдром. Общие подходы к психотерапии ПТСР.
 17. «Инкапсуляция травмы»: психотерапия феномена.
 18. Групповая психотерапия посттравматического стрессового расстройства.
 19. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов.
- Оценка вторичной травматизации. Работа с вторичной травмой.
20. Психологические ресурсы личности.
 21. Психотерапия кризисных состояний.
 22. Психологическое консультирование при кризисах и чрезвычайных ситуациях.

8. Система оценивания планируемых результатов обучения

Форма контроля	За одну работу		Всего Всего
	Миним. баллов	Макс. баллов	
Текущий контроль:			
- присутствие на лекциях и семинарских занятиях	10	15	25
- активность	5	15	20
- выполнение самостоятельной работы	27	55	82
Промежуточная аттестация (зачет)	10	15	25
Итого за семестр	52	100	

9. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

9.1. Основная литература:

1. Психологическая помощь : практ.пособие / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина; под ред. Е. П. Кораблиной. 2-е изд., испр. И доп. М. : Издательство Юрайт, 2017 323 с. Режим доступа : <https://biblio-online.ru/book/C0213298-ABCC-4F86-A3BF-FDD78701AE37/psihologicheskaya-pomosch>.
2. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности : учебник и практикум для академического бакалавриата / Г. М. Суворова. 2-е изд., испр. и доп. М.: Издательство Юрайт, 2017.162 с. Режим доступа: www.biblio-online.ru/book/CAB7A46B-EF14-4675-AC5B-17A0493390BE.

3. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учебное пособие. М.: Академия, 2,12. 320 с.
4. Психология экстремальных ситуаций : учебное пособие / под общ. ред. Ю. С. Шойгу; МЧС РФ, Центр экстренной психологической помощи. М.: Академия, 2009. 320 с.

9.2. Дополнительная литература

1. Ромек, В. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е.И. Крукович. СПб.: Речь, 2005. 256 с.
2. Петрушин В.И. Психология здоровья: учебник для академического бакалавриата. 2-е изд., испр.и доп. М.: Юрайт, 2018 431 с.
- 3.Одинцова М.А. Психология стресса: учебник и практикум для вузов. М.: Юрайт, 2018. 299 с.
- 4.Одинцова М.А. Психология экстремальных ситуаций: учебник и практикум для академического бакалавриата. М.: Юрайт, 2018. 303 с.
- 5.Решетников М.М. Психическая саморегуляция. Первая и вторая ступени: учеб. пособие для бакалавриата, специалитета и магистратуры. 2-е изд., перераб. и доп. М.: Юрайт, 2018. 238 с.
- 6.Солдатова Е.Л. Психология развития и возрастная психология. Онтогенез и дизонтогенез: учебник для бакалавриата и специалитета. М.: Юрайт, 2019. 384 с.
- 7.Козлов В. В. Работа с кризисной личностью. Методическое пособие. – М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. – 302 с.
- 8.Кризисная психология. Справочник практического психолога / сост. С. Л. Соловьева. – М.: АСТ, 2008. – 286 с.

9.3 Периодические издания

1. Журнал «Вопросы образования» // <https://vo.hse.ru/about>
2. Журнал «Наука и школа» // <http://nauka-i-shkola.ru/>
3. Психологическая наука и образование <http://psyjournals.ru/psyedu/index.shtml>
4. Консультативная психология и психотерапия <http://psyjournals.ru/mpj/index.shtml>

9.4 Программное обеспечение

- Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN 1 License (бессрочная),(лицензия 49512935);
- Microsoft VisualFoxPro Professional 9/0 Win32 Single Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 49512935);
- Microsoft Sys Ctr Standard Sngl License/Software Assurance Pack Academic License 2 PROC (бессрочная), (лицензия 60465661)
- Microsoft Exchange Small Business CAL Russian Software Assurance Academic OPEN Level Device CAL Device CaL (бессрочная), (лицензия 60465661),
- Microsoft Win Home Basic 7 Russian Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
- Microsoft Office 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная) (лицензия 61031351),
- Microsoft Windows Proffesional 8 Russian Upgrade Academic OPEN (бессрочная), (лицензия 61031351),
- Microsoft Windows Vista Business Russian Upgrade Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Windows Server Datacenter 2003 R2 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Internet Security&Accel Server Standart Ed 2006 English Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 41684549),
- Microsoft Windows Professional 7 Russian Upgrade Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),

- Microsoft Office Professional Plus 2010 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Windows Server Standart 2008 R2 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),
- Microsoft Windows Server CAL 2008 Russian Academic OPEN, (бессрочная), (лицензия 60939880),

9.5 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. Электронная библиотечная система eLIBRARY.RU (<http://www.elibrary.ru>)
2. <http://psyfactor.org> – психологические статьи, книги, курсы и семинары.
3. <http://www.psychologies.ru/> – психологический журнал, статьи.
4. <https://www.b17.ru/> – профессиональный сайт психологов, статьи, консультации.
5. <http://psychojournal.ru/> – научно-популярный психологический портал, на котором собраны статьи, книги, фильмы, презентации и даже рефераты по психологии.
6. <https://psy-practice.com/> – статьи по психологии и психотерапии.

10. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

Учебные и учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
- обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
- для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
- письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

Для глухих и слабослышащих:

- лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
- письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
- экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
- экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными

особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для слепых и слабовидящих:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для глухих и слабослышащих:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

Для слепых и слабовидящих:

- для глухих и слабослышащих:

– автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;

- акустический усилитель и колонки;

Для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;
- компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

11. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)

Материально-техническое обеспечение дисциплины: учебная аудитория для проведения занятий лекционно-практического типа укомплектована специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления информации большой аудитории: доска меловая – 1, экран – 1, мультимедиапроектор -1 Персональный компьютер – 1; Колонки – 2; программа для создания и демонстрации презентаций MicrosoftPowerPoint. Помещение для самостоятельной работы: аудитория укомплектована специализированной мебелью, оснащена компьютерной техникой: компьютерами с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

К рабочей программе прилагаются:

Приложение 1 – Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине (модулю);

Приложение 2 – Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля).

Фонд оценочных средств для проведения аттестации уровня сформированности компетенций обучающихся по дисциплине

Тестирование

1. Непсихотическая отсроченная реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у каждого человека называется:
 - травматическим стрессом
 - посттравматическим стрессовым расстройством
 - экстремальной ситуацией
2. Модель построения взаимоотношений психолога и клиента, основанная на представлении о том, что психолог лучше знает, что надо больному и выполняет свою работу без участия пациента, называется:
 - информативной
 - активно-пассивной
 - совещательной
3. Что из перечисленного является, по сути, отказом от разрешения кризисной ситуации?
 - "уход" в зависимость
 - все ответы верны
 - "уход" в психосоматику
4. Степень кризисности ситуации определяется:
 - адаптивными возможностями самого человека
 - невозможностью реализации жизненных потребностей
 - эмоциональным напряжением
5. Для детей, подростков и молодежи наиболее тяжелыми в психологическом отношении оказываются:
 - инфаркт, инсульт
 - сексуальные расстройства
 - заболевания, изменяющие внешность
6. Аутоагрессивное поведение, связанное с кризисными ситуациями в жизни называется:
 - альтруистическим
 - эгоистическим
 - аномическим
7. Условия безопасности в процессе кризисной интервенции и дебрифинга включают:
 - определение временного интервала работы
 - все ответы верны
 - организацию изолированного помещения
8. Кризисные состояния проявляются через:
 - эмоциональное напряжение
 - все ответы верны
 - невозможность реализации жизненных потребностей
9. Причины суицидов среди подростков и молодых людей, как правило, кроются в:
 - семейных конфликтах
 - все ответы верны
 - любовных неудачах

10. Наиболее важной характеристикой жизненного события, способного вызвать психологические (невротические) расстройства является его:

- эмоциональное напряжение
- значимость
- утрата близкого

11. Степень кризисности ситуации определяется:

- оценкой ее окружающими
- потенциальными возможностями личностного развития
- адаптивными возможностями самого человека

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

- невозможностью достижения намеченного
- осмыслением собственной смертности
- перестройкой системы ценностей

**Методические указания для обучающихся по дисциплине
«Особенности психологического консультирования в чрезвычайных
ситуациях»**

Приступая к изучению учебной дисциплины, прежде всего, обучающиеся должны ознакомиться с учебной программой дисциплины. Вводная лекция содержит информацию об основных разделах рабочей программы дисциплины; электронный вариант рабочей программы размещён на сайте. Обучающиеся должны иметь четкое представление о:

- перечне и содержании компетенций, на формирование которых направлена дисциплина;
- основных целях и задачах дисциплины;
- планируемых результатах, представленных в виде знаний, умений и навыков, которые должны быть сформированы в процессе изучения дисциплины;
- количестве часов, предусмотренных учебным планом на изучение дисциплины;
- количестве часов, отведенных на аудиторные занятия и на самостоятельную работу;
- формах аудиторных занятий и самостоятельной работы;
- структуре дисциплины, основных разделах и темах;
- системе оценивания ваших учебных достижений;
- учебно-методическом и информационном обеспечении дисциплины.

Знание основных положений, отраженных в рабочей программе дисциплины, поможет обучающимся ориентироваться в изучаемом курсе, осознавать место и роль изучаемой дисциплины в подготовке будущего педагога, строить свою работу в соответствии с требованиями, заложенными в программе.

Основными формами аудиторных занятий по дисциплине являются лекции и практические занятия, посещение которых обязательно для всех студентов (кроме студентов, обучающихся по индивидуальному плану). В ходе лекционных занятий следует не только слушать излагаемый материал и кратко его конспектировать, очень важно участвовать в анализе примеров, предлагаемых преподавателем, в рассмотрении и решении проблемных вопросов, выносимых на обсуждение. Необходимо критически осмысливать предлагаемый материал, задавать вопросы как уточняющего характера, помогающие уяснить отдельные излагаемые положения, так и вопросы продуктивного типа, направленные на расширение и углубление сведений по изучаемой теме, на выявление недостаточно освещенных вопросов, слабых мест в аргументации и т.п.

В процессе конспектирования лекционного материала лучше использовать одну сторону тетрадного разворота (например, левую), оставив другую (правую) для внесения вопросов, замечаний, дополнительной информации, которая может появиться при изучении учебной или научной литературы во время подготовки к практическим занятиям. Не следует дословно записать лекцию, лучше попытаться понять логику изложения и выделить наиболее важные положения лекции в виде опорного конспекта или ментальной карты (для составления ментальной карты или опорного конспекта можно использовать разворот тетради или отдельный чистый лист А 4, который затем можно вклеить в тетрадь для конспектов). Основные определения важнейших понятий, особенно при отсутствии единства в трактовке тех или иных понятий среди ученых, лучше записать. Не следует пренебрегать примерами, зачастую именно записанные примеры помогают наполнить опорный конспект живым содержанием и облегчают его понимание.

Рекомендуется использовать различные формы выделения наиболее сложного, нового, непонятного материала, который требует дополнительной проработки: можно пометить его знаком вопроса (или записать на полях сам вопрос), цветом, размером букв и т.п. – это поможет быстро найти материал, вызвавший трудности, и в конце лекции (или сразу же, попутно) задать вопрос преподавателю (не следует оставлять непонятый материал без дополнительной проработки, без него иногда бывает невозможно понять последующие темы). Материал уже знакомый или понятный нуждается в меньшей детализации – это поможет сэкономить усилия во время конспектирования.

Подготовка к практическим занятиям ведется на основе планов практических занятий. В ходе подготовки к занятиям необходимо изучить в соответствии с вопросами для повторения основную литературу, просмотреть и дополнить конспекты лекции, ознакомиться с дополнительной литературой – это поможет усвоить и закрепить полученные знания. Кроме того, к каждой теме в планах практических занятий даются практические задания, которые также необходимо выполнить самостоятельно во время подготовки к занятию.

Обязательно следует познакомиться с критериями оценивания каждой формы контроля – это поможет избежать недочетов, снижающих оценку за работу. При подготовке к промежуточной аттестации необходимо повторить пройденный материал в соответствии с учебной программой, примерным перечнем вопросов, выносящихся на экзамен. Рекомендуется использовать конспекты лекций и источники, перечисленные в списке литературы в рабочей программе дисциплины, а также ресурсы электронно-библиотечных систем. Необходимо обратить особое внимание на темы учебных занятий, пропущенных по разным причинам. При необходимости можно обратиться за консультацией и методической помощью к преподавателю.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

в рабочей программе (*модуле*) дисциплины «Особенности психологического консультирования в чрезвычайных ситуациях»
по направлению подготовки 44.04.02. «Психолого-педагогическое образование»
«Психологическое консультирование в образовании»
на 2021/2022 учебный год

1. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

1.1.;

1.2.;

...

1.9.

2. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

2.1.;

2.2.;

...

2.9.

3. В _____ вносятся следующие изменения:

(элемент рабочей программы)

3.1.;

3.2.;

...

3.9.

Составитель

_____ / _____

подпись

расшифровка подписи

дата _____

Зав. кафедрой психологии

_____ / _____

подпись

расшифровка подписи