

АНО ВО «Межрегиональный открытый социальный институт»



УТВЕРЖДАЮ

Декан факультета экономико-правового и психолого-педагогического образования

/ О.Е. Баланчук

Протокол заседания Совета факультета экономико-правового и психолого-педагогического образования

№ 2 « 27 » 10 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

по учебной дисциплине

Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний

образовательная программа

(наименование)

37.04.01 Психология.

Психология кризисных состояний и экстремальная психология

форма обучения

очно-заочная

Йошкар-Ола, 2022

СОДЕРЖАНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Структура учебной дисциплины для очной формы обучения	5
3. Содержание учебной дисциплины.....	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	10
5. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины	11
6. Методические указания для обучающихся по усвоению дисциплины.....	13
Приложение к РПУД.....	17

1. Пояснительная записка

Цель изучения учебной дисциплины:

Цель – формирование способности оказывать индивидуальную психологическую помощь клиентам, оказавшимся в кризисных и экстремальных ситуациях.

Место учебной дисциплины в учебном плане:

Учебная дисциплина «Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний» относится к модулю технологии оказания психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана по направлению подготовки 37.04.01 Психология. Психология кризисных состояний и экстремальная психология.

Перечень планируемых результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций:

Компетенция (код и наименование)	Индикаторы компетенций (код и наименование)	Результаты обучения
ПК-2. Способен оказывать психологическую помощь и осуществлять психологическое консультирование социальным группа и отдельным лица, оказавшимся в кризисной или экстремальной ситуации	ПК-2.1 Устанавливает взаимоотношения с клиентом (лицом/группой), дающие возможность осуществлять эффективную работу в процессе оказания психологической помощи и консультирования	Знать: способы и приемы выстраивания взаимоотношений с клиентом, способы оказания психологической помощи и консультирования Уметь: устанавливать взаимоотношения с клиентом для оказания психологической помощи и консультирования Владеть: способами и приемами выстраивания взаимоотношений с клиентом, способами оказания психологической помощи и консультирования
	ПК-2.2 Обоснованно применяет технологии психологических практик при оказании помощи клиентам, оказавшимся в кризисной или экстремальной ситуации	Знать: технологии психологических практик Уметь: применяет технологии психологических практик при оказании помощи клиентам, оказавшимся в кризисной или экстремальной ситуации Владеть: технологиями психологических практик

Формы текущего контроля успеваемости обучающихся: устный опрос, практические задания.

Форма промежуточной аттестации: экзамен.

2. Структура учебной дисциплины для очно-заочной формы обучения

Общая трудоёмкость учебной дисциплины составляет 4 з.е., 144 ч., в том числе контактная работа обучающихся с преподавателем 40 ч., промежуточная аттестация 27 ч., самостоятельная работа обучающихся 77 ч., 4 семестр.

№ п/п	Раздел учебной дисциплины/темы	Всего	Виды учебной работы (в часах)				
			Контактная			Промежуточная аттестация	Самостоятельная работа
			Лекции	Семинар/ Практические занятия/ курсовая работа	Лабораторные занятия		
1	Введение в кризисное консультирование. Цели, задачи, принципы.	16	2	4			10
2	Понятия кризис, критическая ситуация, психологическая травма, типы психотравмирующих ситуаций, травматический стресс и его разновидности	16	2	4			10
3	Понятие, причины, показатели стресса.	15	2	4			9
4	Клиническая картина расстройств, связанных с посттравматическим стрессом. Диагностические критерии ПТСР МКБ-10, DSM-У. Принципы доклинического этапа оказания помощи	14	2	4			8
5	Горе, скорбь, и тяжелая утрата	14	2	2			10
6	Психодиагностика кризисных состояний	14	-	4			10
7	Экзистенциальный кризис. Основные факторы, виды, клиника провоцирующие экзистенциальный кризис	14	-	4			10
8	Методы психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях. Взаимодействие со смежными специалистами при оказании индивидуальной психологической помощи клиенту в кризисном состоянии	14	-	4			10
	экзамен	27				27	
	итого:	144	10	30		27	77

3. Содержание учебной дисциплины

№	Наименование раздела учебной дисциплины /темы	Содержание
1	Введение в кризисное консультирование. Цели, задачи, принципы.	<p>Перечень вопросов, выносимых на лекционное занятие Общие принципы работы с психологическим кризисом. Понятие кризисного консультирования. Цели и задачи кризисного консультирования.</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на Семинар/ практическое занятие Базовые принципы кризисной интервенции по В.Ю. Меновщикову: безотлагательность, самоопределение, действие, ограничение целей, поддержка, фокусирование на решении основной проблемы кризиса, ориентация на образ кризисной ситуации, созданный клиентом, уверенность в себе. Алгоритм кризисного консультирования.</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы Критерии эффективности кризисного консультирования. Понятие психологического сопровождения. Принципы организации и этапы психологического сопровождения. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов. Необходимость выявления всех субъектов кризисной ситуации, организации работы с каждым из них по отдельности и групповой работы. Специфика психологического сопровождения при наложении отдельных кризисных ситуаций. Ошибки психологического сопровождения в кризисной ситуации и способы их предотвращения.</p>
2	Понятия кризис, критическая ситуация, психологическая травма, типы психотравмирующих ситуаций, травматический стресс и его разновидности	<p>Перечень вопросов, выносимых на лекционное занятие Понятие экстремальной ситуации. Экстремальная ситуация и экстремальные условия деятельности. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на Семинар/ практическое занятие Сравнительная характеристика экстремальной, чрезвычайной и кризисной ситуаций; возможности взаимоперехода данных ситуаций. Кризис как состояние «невозможности» жизни в соответствии со сложившейся моделью жизненного мира.</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы Потенциал кризиса и его роль в развитии личности. Психоаналитические теории кризиса. Представления о кризисе в гуманистической психологии. Специфика понимания психологического кризиса в отечественной психологии. Проблемы дифференциальной диагностики</p>

		<p>кризисов. Виды кризисов. Нормативные и ненормативные кризисы. Динамика нормативных и ненормативных кризисов. Особенности личности, переживающей кризис. Единицы анализа кризиса: причины, содержание (ключевое противоречие кризиса), условия протекания (благоприятные и неблагоприятные), последствия. Роль «значимых других» в проживании личностью психологического кризиса.</p>
3	<p>Понятие, причины, показатели стресса.</p>	<p>Перечень вопросов, выносимых на лекционное занятие</p> <p>Понятие стресса, стадии развития стресса. Физиология стресса, стресс-лимитирующие системы. Острая и хроническая психическая травма. Понятие дистресса и эустресса. Эмоциональный стресс по Косицкому Г.И. Стадии эмоционального стресса.</p>
		<p>Перечень вопросов, выносимых на Семинар/практическое занятие</p> <p>Физиологические корреляты возникновения стрессовых реакций: тип нервной системы, гормональные особенности, наличие функциональной асимметрии головного мозга.</p>
		<p>Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы</p> <p>Типы реагирования на острый стресс. Последовательность поведенческих («лимбических») реакций, которые автоматически запускаются в ситуациях угрозы: замирание – борьба/бегство – тоническая иммобилизация. Четыре уровня защитной системы человека: сомато-вегетативной, поведенческой, психологической защиты и копинг-поведению. Психологические корреляты возникновения стрессовых реакций: уровень личностной тревожности, уровень локус контроля, баланс положительной и отрицательной мотивации, уровень самооценки. Понятие стрессоустойчивости. Субсиндромы стресса: вегетативный, эмоционально-поведенческий, когнитивный, социальнопсихологический. Острая реакция на стресс, фазы течения, клиника, варианты выхода из этого состояния (хроническая социальная дезадаптация, психосоматическое и нервно-психическое расстройство).</p>
4	<p>Клиническая картина расстройств, связанных с посттравматическим стрессом. Диагностические критерии ПТСР МКБ-10, DSM-V. Принципы доклинического этапа оказания помощи</p>	<p>Перечень вопросов, выносимых на лекционное занятие</p> <p>Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР): подходы к определению. Травматичность как потенциальная возможность нарушения целостности личности.</p>
		<p>Перечень вопросов, выносимых на Семинар/практическое занятие</p> <p>Признаки травматичности события. Соотношение понятий «стресс» и «травматический стресс». Концепции «травматического горя» Линдермана (1944) и «синдром</p>

		<p>стрессовой реакции» Горовица (1986).</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы Основные травмирующие факторы при военных действиях, природных бедствиях и антропогенных катастрофах: непосредственная угроза жизни и здоровью самого человека и его близких, смерть близких, физические травмы самого человека, необходимость защиты своей жизни и здоровья. Психодинамическая, когнитивная, психосоциальная, психобиологическая модели ПТСР.</p>
5	Горе, скорбь, и тяжелая утрата	<p>Перечень вопросов, выносимых на лекционное занятие Теоретические вопросы психологии горя, переживание потери, утраты по К. Изард. Внешние проявления горя по А. D. Wolfelt: траур, скорбь, рыдание.</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на Семинар/практическое занятие Изучение феномена горя в психоаналитическом, экзистенциальном, гештальт подходах. Классификации реакции горя и скорби на тяжёлую утрату, концепция горя по Эриху Линдемману, Д.В. Вордена. Реакция горя, её причины. Нормальная и патологическая реакция горя, её стадии.</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы Клинические стадии горя и тяжелой утраты по J.Bowlby. Клинические стадии горя и тяжелой утраты по С. Parkers, J. Garlock, Ф. Е. Василюк. Симптомы нормальной и патологической реакции горя (депрессии). Различия в тактике лечения и психологической помощи. Факторы риска возникновения большого депрессивного эпизода у пациента после смерти супруга. Осложнения тяжелой утраты. Стадии реакции пациента на известие об обнаружении у него неизлечимой болезни по Э.Кюблер-Росс: психологический шок и отрицание, озлобление, «сделка», депрессия, принятие. Клиническая картина. Как следует и как не следует вести себя с умирающим пациентом. Особенности психотерапевтической работы с умирающими больными и их родственниками.</p>
6	Психодиагностика кризисных состояний	<p>Перечень вопросов, выносимых на Семинар/практическое занятие Отработка навыков диагностики и интерпретации результатов методик «Шкала оценки влияния травматического события», «Миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций», «Опросника выраженности психопатологической симптоматики»,</p> <p>Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы Отработка навыков диагностики и интерпретации результатов методик «Опросника депрессивности Бека», «Полуструктурированного интервью для оценки</p>

		травматических переживаний детей», «Родительской анкеты для оценки травматических переживаний детей», «Шкалы диссоциации».
7	Экзистенциальный кризис. Основные факторы, виды, клиника провоцирующие экзистенциальный кризис	Перечень вопросов, выносимых на Семинар/практическое занятие Внутренние кризисы. Возрастные и экзистенциальные кризисы, их отличие, этиопатогенез, дифференциальная диагностика с др. состояниями, течение и прогноз.
		Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы Данности экзистенциальной психотерапии. Уровни Уилбера. Духовные кризисы. Особенности психокоррекции и психотерапии при возрастных и экзистенциальных кризисах. Поддерживающая психотерапия и методики на получения ресурса.
8	Методы психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях. Взаимодействие со смежными специалистами при оказании индивидуальной психологической помощи клиенту в кризисном состоянии	Перечень вопросов, выносимых на Семинар/практическое занятие Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации. Задачи оказания экстренной психологической помощи. Дебрифинг.
		Перечень вопросов, выносимых на самостоятельное изучение, с указанием вида самостоятельной работы Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации. Задачи оказания экстренной психологической помощи. Дебрифинг. Ограничения оказания психологической помощи в экстремальной ситуации. Взаимодействие со смежными специалистами при оказании индивидуальной психологической помощи клиенту в кризисном состоянии

Распределение трудоемкости СРС при изучении учебной дисциплины

Вид самостоятельной работы	Трудоемкость (час)
Подготовка к экзамену	20
Проработка конспекта лекций	16
Подготовка к практическим (семинарским) занятиям	23
Проработка учебного материала	18
Написание докладов и рефератов	-
Решение отдельных задач	-

4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Шарапов, А. О. Кризисная психология : учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. И. Шех. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 538 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11580-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518401>.

Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9094-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/512068> (дата обращения: 23.05.2023).

Дополнительная литература

Красило, А. И. Консультирование посттравматических состояний: персоналистическое направление : учебное пособие для вузов / А. И. Красило. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14834-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520262>.

Кадыров, Р. В. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD) : учебник и практикум для вузов / Р. В. Кадыров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 644 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12558-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/518664>.

5. Материально-техническое обеспечение учебной дисциплины

Материально-техническую базу для проведения лекционных и практических занятий по учебной дисциплине составляют:

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Перечень лицензионного программного обеспечения (реквизиты подтверждающего документа)
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, (ауд. 405)	Основное учебное оборудование: специализированная мебель (учебные парты, стулья, стол преподавателя, учебная доска). Технические средства обучения: переносной ноутбук, мультимедийный проектор, экран	СПС «Консультант Плюс», СПС «Гарант» (договор о сотрудничестве от 23.09.2013 г. с ЗАО «Компьютерные технологии» (ПС Гарант)), регистрационный лист зарегистрированного пользователя ЭПС «Система ГАРАНТ» от 16.02.2012 г. №12-40272-000944; договоры с ООО «КонсультантПлюс Марий Эл» №2017-СВ-4 от 28.12.2016 г., Windows 10 Education, Windows 8, Windows 7 Professional (Microsoft Open License), Office Standart 2007, 2010 (Microsoft Open License), Office Professional Plus 2016 (Microsoft Open License) , P7 – Офис. Профессиональный. (суб. договор № 010/ЙО22-003848 от 01.12.2022), Dr Web Deskto Security Suite (K3) (суб. договор № 010/ЙО22-003847 от 01.12.2022)
Помещение для самостоятельной работы, (каб. 303)	Основное учебное оборудование: специализированная мебель (учебные парты, стулья, стол преподавателя, учебная доска). Технические средства обучения: Компьютерная техника (ASUSTeK Computer INC. H110M-R/Intel(R) Celeron(R) CPU G3930 @ 2.90GHz/4096.00 (DIMM_B1-4096.00))	СПС «Консультант Плюс», СПС «Гарант» (договор о сотрудничестве от 23.09.2013 г. с ЗАО «Компьютерные технологии» (ПС Гарант)), регистрационный лист зарегистрированного пользователя ЭПС «Система ГАРАНТ» от 16.02.2012 г. №12-40272-000944; договоры с ООО «КонсультантПлюс Марий Эл» №2017-СВ-4 от 28.12.2016 г. Windows 7 Professional (Средства для разработки и проектирования, доступные по подписке Microsoft Imagine Premium). Sys Ctr Endpoint Protection ALNG Subscriptions VL OLVS E 1Month AcademicEdition Enterprise Per User (Сублиц. договор № Tr000171440 17.07.2017). Office Prosessional 2010 (Microsoft Open License). Архиватор 7-zip (GNU

		LGPL). Adobe Acrobat Reader DC (Бесплатное ПО). Adobe Flash Player (Бесплатное ПО) , P7 – Офис. Профессиональный. (суб. договор № 010/ЙО22-003848 от 01.12.2022), Dr Web Desktop Security Suite (КЗ) (суб. договор № 010/ЙО22-003847 от 01.12.2022).
--	--	--

6. Методические указания для обучающихся по усвоению дисциплины

Методические указания для обучающихся с целью подготовки к лекционным занятиям

В ходе лекций преподаватель излагает и разъясняет основные, наиболее сложные для понимания темы, а также связанные с ней теоретические и практические проблемы, дает рекомендации на семинарское занятие и указания на самостоятельную работу.

В ходе лекционных занятий необходимо:

– вести конспектирование учебного материала, обращать внимание на категории, формулировки, раскрывающие содержание тех или иных явлений и процессов, научные выводы и практические рекомендации.

– желательно оставлять в рабочих конспектах поля, на которых делать пометки из рекомендованной литературы, дополняющие материал прослушанной лекции, а также подчеркивающие особую важность тех или иных теоретических положений.

– задавать преподавателю уточняющие вопросы с целью уяснения теоретических положений, разрешения спорных ситуаций;

– дорабатывать конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы, рекомендованной преподавателем и предусмотренной учебной программой – в ходе подготовки к семинарам изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, новыми публикациями в периодических изданиях журналах, газетах и т.д. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования учебной программы.

Методические указания для подготовки к практическим (семинарским) занятиям

Начиная подготовку к семинарскому занятию, необходимо обратить внимание на конспект лекций, разделы учебников и учебных пособий, которые способствуют общему представлению о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует поработать с дополнительной литературой, сделать записи по рекомендованным источникам. Подготовка к семинарскому занятию включает 2 этапа:

- 1й этап - организационный;
- 2й этап - закрепление и углубление теоретических знаний.

На первом этапе обучающийся планирует свою самостоятельную работу, которая включает:

- уяснение задания, выданного на самостоятельную работу;
- подбор рекомендованной литературы;
- составление плана работы, в котором определяются основные пункты предстоящей подготовки.

Составление плана дисциплинирует и повышает организованность в работе.

Второй этап включает непосредственную подготовку обучающегося к занятию. Начинать надо с изучения рекомендованной литературы. Необходимо помнить, что на лекции обычно рассматривается не весь материал, а только его часть. Остальная её часть восполняется в процессе самостоятельной работы. В связи с этим работа с рекомендованной литературой обязательна. Особое внимание при этом необходимо обратить на содержание основных положений и выводов, объяснение явлений и фактов, уяснение практического применения рассматриваемых теоретических вопросов.

В процессе этой работы обучающийся должен стремиться понять и запомнить основные положения рассматриваемого материала, примеры, поясняющие его, а также разобраться в иллюстративном материале. Заканчивать подготовку следует составлением плана (конспекта) по изучаемому материалу (вопросу). Это позволяет составить концентрированное, сжатое представление по изучаемым вопросам. В процессе подготовки к занятиям рекомендуется взаимное обсуждение материала, во время которого закрепляются знания, а также приобретается практика в изложении и разъяснении

полученных знаний, развивается речь. При необходимости следует обращаться за консультацией к преподавателю. Готовясь к консультации, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

Ввиду трудоемкости подготовки к семинару следует продумать алгоритм действий, еще раз внимательно прочитать записи лекций и уже готовый конспект по теме семинара, тщательно продумать свое устное выступление.

Записи имеют первостепенное значение для подготовки к семинарским работы обучающихся. Они помогают понять построение изучаемого материала, выделить основные положения и проследить их логику. Ведение записей способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память. Следует помнить: у обучающегося, систематически ведущего записи, создается свой индивидуальный фонд подсобных материалов для быстрого повторения прочитанного, для мобилизации накопленных знаний. Особенно важны и полезны записи тогда, когда в них находят отражение мысли, возникшие при самостоятельной работе. Важно развивать умение сопоставлять источники, продумывать изучаемый материал.

Большое значение имеет совершенствование навыков конспектирования. Преподаватель может рекомендовать обучающимся следующие основные формы записи: план (простой и развернутый), выписки, тезисы.

Результаты конспектирования могут быть представлены в различных формах.

План - это схема прочитанного материала, краткий (или подробный) перечень вопросов, отражающих структуру и последовательность материала. Подробно составленный план вполне заменяет конспект.

Конспект - это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различаются четыре типа конспектов.

План-конспект - это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.

Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.

Свободный конспект - это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.

Тематический конспект составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу).

На семинаре каждый его участник должен быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам, проявлять максимальную активность при их рассмотрении. Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Необходимо следить, чтобы выступление не сводилось к репродуктивному уровню (простому воспроизведению текста), не допускать и простое чтение конспекта. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного.

Выступления других обучающихся необходимо внимательно и критически слушать, подмечать особенное в суждениях обучающихся, улавливать недостатки и ошибки. При этом обратить внимание на то, что еще не было сказано, или поддержать и развить интересную мысль, высказанную выступающим. Изучение обучающимися фактического материала по теме практического занятия должно осуществляться заблаговременно. Под фактическим материалом следует понимать специальную литературу по теме занятия, систему нормативных правовых актов, а также арбитражную практику по рассматриваемым проблемам. Особое внимание следует обратить на дискуссионные теоретические вопросы в системе изучаемого вопроса: изучить различные точки зрения ведущих ученых, обозначить противоречия современного законодательства.

Для систематизации основных положений по теме занятия рекомендуется составление конспектов.

При этом следует обратить внимание на:

- составление списка нормативных правовых актов и учебной и научной литературы по изучаемой теме;
- изучение и анализ выбранных источников;
- изучение и анализ арбитражной практики по данной теме, представленной в информационно - справочных правовых электронных системах и др.;
- выполнение предусмотренных программой заданий в соответствии с тематическим планом;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на консультациях;
- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний, решения представленных в учебно-методических материалах кафедры задач, тестов, написания рефератов и эссе по отдельным вопросам изучаемой темы.

Семинарские занятия завершают изучение наиболее важных тем учебной дисциплины. Они служат для закрепления изученного материала, развития умений и навыков подготовки докладов, сообщений, приобретения опыта устных публичных выступлений, ведения дискуссии, аргументации и защиты выдвигаемых положений, а также для контроля преподавателем степени подготовленности обучающихся по изучаемой дисциплине.

Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины в ходе самостоятельной работы

Методика организации самостоятельной работы обучающихся зависит от структуры, характера и особенностей изучаемой дисциплины, объема часов на ее изучение, вида заданий для самостоятельной работы обучающихся, индивидуальных особенностей обучающихся и условий учебной деятельности.

При этом преподаватель назначает обучающимся варианты выполнения самостоятельной работы, осуществляет систематический контроль выполнения обучающимися графика самостоятельной работы, проводит анализ и дает оценку выполненной работы.

Своевременное и качественное выполнение самостоятельной работы базируется на соблюдении настоящих рекомендаций и изучении рекомендованной литературы. Обучающийся может дополнить список использованной литературы современными источниками, не представленными в списке рекомендованной литературы, и в дальнейшем использовать собственные подготовленные учебные материалы при написании контрольных (РГР), курсовых и выпускных квалификационных работ.

Самостоятельная работа обучающихся осуществляется в аудиторной и внеаудиторной формах. Самостоятельная работа обучающихся в аудиторное время может включать:

- конспектирование (составление тезисов) лекций, выполнение контрольных работ;
- решение задач;
- работу со справочной и методической литературой;
- работу с нормативными правовыми актами;
- выступления с докладами, сообщениями на семинарских занятиях;
- защиту выполненных работ;
- участие в оперативном (текущем) опросе по отдельным темам изучаемой дисциплины;
- участие в беседах, деловых (ролевых) играх, дискуссиях, круглых столах, конференциях;

- участие в тестировании и др.

Самостоятельная работа обучающихся во внеаудиторное время может состоять из:

- повторение лекционного материала;
- подготовки к семинарам (практическим занятиям);
- изучения учебной и научной литературы;
- изучения нормативных правовых актов (в т.ч. в электронных базах данных);
- решения задач, выданных на практических занятиях;
- подготовки к контрольным работам, тестированию и т.д.;
- подготовки к семинарам устных докладов (сообщений);
- подготовки рефератов, эссе и иных индивидуальных письменных работ по заданию преподавателя;
- выполнения курсовых работ, предусмотренных учебным планом;
- выделение наиболее сложных и проблемных вопросов по изучаемой теме, получение разъяснений и рекомендаций по данным вопросам с преподавателями кафедры на их еженедельных консультациях;
- проведение самоконтроля путем ответов на вопросы текущего контроля знаний, решения представленных в учебно-методических материалах кафедры задач, тестов;
- написания рефератов и эссе по отдельным вопросам изучаемой темы.
- подготовки к семинарам устных докладов (сообщений);
- подготовки рефератов, эссе и иных индивидуальных письменных работ по заданию преподавателя;
- выполнения курсовых работ, предусмотренных учебным планом;
- выполнения выпускных квалификационных работ и др.

**Фонд оценочных средств
для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации**

по дисциплине	Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний
	<hr/>
	(наименование)
образовательная программа	37.04.01 Психология.
	Психология кризисных состояний и экстремальная психология
	<hr/>

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций. Описание показателей оценивания компетенций.19
2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в процессе освоения образовательной программы, критерии оценивания.21
3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.....33

1. Перечень планируемых результатов обучения по учебной дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций. Описание показателей оценивания компетенций.

В процессе освоения образовательной программы обучающиеся осваивают компетенции указанные в федеральных государственных образовательных стандартах высшего образования, сопоставленные с видами деятельности. Освоение компетенций происходит поэтапно через последовательное изучение учебных дисциплин, практик, подготовки ВКР и других видов работ, предусмотренных учебным планом АНО ВО МОСИ.

№ п/п	Планируемые результаты освоения программы (код и содержание компетенции)	Индикаторы достижения компетенций	Планируемые результаты обучения по дисциплине	Оценочные средства представление в ФОС
1	ПК-2. Способен оказывать психологическую помощь и осуществлять психологическое консультирование социальным группа и отдельным лица, оказавшимся в кризисной или экстремальной ситуации	ПК-2.1 Устанавливает взаимоотношения с клиентом (лицом/группой), дающие возможность осуществлять эффективную работу в процессе оказания психологической помощи и консультирования	<p>Знать: способы и приемы выстраивания взаимоотношений с клиентом, способы оказания психологической помощи и консультирования</p> <p>Уметь: устанавливать взаимоотношения с клиентом для оказания психологической помощи и консультирования</p> <p>Владеть: способами и приемами выстраивания взаимоотношений с клиентом, способами оказания психологической помощи и консультирования</p>	Вопросы для устного опроса, Практические задания, Перечень вопросов к экзамену
		ПК-2.2 Обоснованно применяет технологии психологических практик при оказании помощи клиентам, оказавшимся в кризисной или	<p>Знать: технологии психологических практик</p> <p>Уметь: применяет технологии психологических практик при</p>	Вопросы для устного опроса, Практические задания, Перечень вопросов к экзамену

		экстремальной ситуации	оказании помощи клиентам, оказавшимся в кризисной или экстремальной ситуации Владеть: технологиями психологических практик	
--	--	------------------------	--	--

2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности в процессе освоения образовательной программы, критерии оценивания.

Текущая аттестация по дисциплине *Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний*

Обучающиеся по направлению подготовки 37.04.01 Психология. Психология кризисных состояний и экстремальная психология проходят текущую аттестацию в 4 семестре.

Оценочные средства текущего контроля:

- устный опрос;
- практические задания;

Основные виды оценочных средств по темам представлены в таблице

№ п/п	Контролируемые разделы (темы) дисциплины	Код контролируемой компетенции/ Индикаторы достижения компетенций	Наименование оценочного средства
1	Введение в кризисное консультирование. Цели, задачи, принципы.	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания
2	Понятия кризис, критическая ситуация, психологическая травма, типы психотравмирующих ситуаций, травматический стресс и его разновидности	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания
3	Понятие, причины, показатели стресса.	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания
4	Клиническая картина расстройств, связанных с посттравматическим стрессом. Диагностические критерии ПТСР МКБ-10, DSM-У. Принципы доклинического этапа оказания помощи	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания
5	Горе, скорбь, и тяжелая утрата	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания
6	Психодиагностика кризисных состояний	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания
7	Экзистенциальный кризис. Основные факторы, виды, клиника провоцирующие экзистенциальный кризис	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания
8	Методы психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях. Взаимодействие со смежными специалистами при оказании индивидуальной	ПК 2.1 – 2.2	Устный опрос Практические задания

	психологической помощи клиенту в кризисном состоянии		
--	--	--	--

Вопросы для устного опроса

1. Подходы к определению психологического кризиса.
2. Виды и характеристики психологических кризисов.
3. Возрастные психологические кризисы.
4. Экзистенциальные психологические кризисы.
5. Суицидальные кризисные состояния.
6. Феноменология кризисных состояний.
7. Кризисная психотерапия: общие направления и подходы.
8. Кризисная психотерапия: методы и методики.
9. Особенности кризисной помощи детям и подросткам.
10. Особенности кризисной помощи людям, пережившим семейное насилие.
11. Требования к консультанту.
12. Возможные ошибки консультирования и способы их устранения.
13. Этические принципы телефонного консультирования.
14. Особенности консультирования суицидальных клиентов.
15. Особенности консультирования подростков.
16. Особенности консультирования зависимых абонентов.
17. Сравнительный анализ понятий стресс и травматический стресс.
18. Анализ основных психотравмирующих факторов при антропогенных и природных катастрофах.
19. Психодинамическая модель посттравматического стрессового расстройства.
20. Когнитивная модель посттравматического стрессового расстройства.
21. Психосоциальная модель посттравматического стрессового расстройства.
22. Психобиологическая модель посттравматического стрессового расстройства.
23. Мультифакторная модель стрессового расстройства.
24. Основные подходы к определению феномена диссоциации, его место и роль среди симптоматики посттравматического стрессового расстройства.
25. Диссоциативные феномены: абсорбция, рассеянность, деперсонализация, диссоциативное изменение идентичности, амнезия.
26. Критерии ПТСР в МКБ – 10.
27. Критерии ПТСР по DSM – IV.
28. Типы психотравмирующих ситуаций.
29. Факторы риска возникновения ПТСР.
30. История создания, развития и анализ сфер применения методик исследования ПТСР.
31. Характеристика психических функций при посттравматическом стрессе.
32. Историко-психологический анализ развития понятия посттравматическое стрессовое расстройство.

Средство оценивания: устный опрос

Шкала оценивания:

– оценка «отлично» выставляется, если обучающийся не только глубоко и прочно усвоил весь программный материал, но и проявил знания, выходящие за его пределы, почерпнутые из дополнительных источников (учебная литература, научно-популярная литература, научные статьи и монографии, сборники научных трудов и интернет-ресурсы и т. п.); умеет самостоятельно обобщать программный материал, не допуская ошибок, проанализировать его с точки зрения различных школ и взглядов; увязывает знания с практикой; приводит примеры, демонстрирующие глубокое понимание материала или

проблемы;

– оценка «хорошо» выставляется, если обучающийся твердо знает программный материал, грамотно и последовательно его излагает, увязывает с практикой, не допуская существенных неточностей в ответе на вопросы;

– оценка «удовлетворительно» выставляется, если обучающийся усвоил только основной программный материал, но не знает отдельных положений, в ответе допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется, если обучающийся не знает значительной части основного программного материала, в ответе допускает существенные ошибки, неправильные формулировки.

Перечень практических заданий

Тема 1. Введение в кризисное консультирование. Цели, задачи, принципы.

Задание «Вопросы вместо ответов»

Цель – осмысление собственного жизненного опыта участников, усиление индивидуальных психологических ресурсов каждого участника.

Ход работы:

1. Участникам предлагается список вопросов для индивидуального осмысления:

1. Что значит быть живым/живой?
2. В чем смысл моего существования?
3. Как мне следует жить?
4. Что я могу надеяться достичь?
5. Возможно ли счастье?
6. Что от меня ожидается?
7. Как мне следует себя вести, в какие отношения вступать с другими людьми?
8. Существует ли справедливость в мире?
9. Могу ли я изменить мою жизнь к лучшему?
10. Возможно ли понять жизнь и управлять ею?
11. Могу ли я найти способы преодолеть мои затруднения?
12. Являются ли страдания необходимыми в жизни?
13. Как мне быть более достойным человеком и жить действительно значимой жизнью?

14. Когда мне будет 70-80 лет, я смогу сказать, что моя жизнь состоялась, если... ?

2. Объединившись в микрогруппы по 2-3 человека, участники уточняют ответы друг друга, проблематизируют формулировки других участников

3. В ходе общегрупповой дискуссии участники высказываются о полученных ответах и о вопросах, ответы на которые остались не найденными.

Акценты для обсуждения:

- 3.1. Что нового вы узнали о себе?
- 3.2. Какие вопросы были наиболее сложными?
- 3.3. На какие вопросы ответы нашлись сразу?
- 3.4. Есть ли вопросы, на которые ответы не были получены?
- 3.5. Какие чувства возникли во время выполнения задания?
- 3.6. Возможно, возникло новое видение своего прошлого/настоящего/будущего?

Тема 3. Понятие, причины, показатели стресса.

Задание. Проведите анализ стресса

1. Анализ стресса:

- Симптомы стресса или «как я узнаю, что у меня стресс?»
- Переход и объяснение схемы динамики стресса.
- Обсуждение позитивных и негативных сторон стресса.

- Диагностика поведенческих симптомов стресса.
- 2. Техника на релаксацию и притча. Расслабление через концентрацию на дыхании.
- 3. Работа и разбор причин стресса:
 - Страхи, не воплощающиеся в реальность;
 - Прошлые решения, которые уже не изменить;
 - Критика при воздействии на комплексы неполноценности;
 - Необъективное отношение к здоровью;
 - Обоснованные переживания.

Можно попросить участников проанализировать свои стрессовые ситуации и выявить запускающую их причину, используя вышеизложенную классификацию

Тема 4. Клиническая картина расстройств, связанных с посттравматическим стрессом. Диагностические критерии ПТСР МКБ-10, DSM-У. Принципы доклинического этапа оказания помощи.

Разбор клинического случая:

56-летний Николай проживает в геронтологическом центре чуть менее года. По его словам, решение о переезде в центр он принял самостоятельно, но этому предшествовали нелегкие события в его жизни: сгорел дом, в котором жил Николай, после чего он вынужден был снимать временное жилье и в конечном итоге сделал выбор в пользу геронтологического центра.

Этот мужчина значительно моложе многих других проживающих в геронтологическом центре. Он участник войны в Афганистане, разведен с женой, младшего сына убили, старший сын не поддерживает с ним связь. Из других значимых людей остались лишь знакомые – все близкие друзья умерли. Отношения с другими проживающими в центре Николай называет плохими, соседа по комнате он “выгнал” (по его словам), вспоминает о нем со злобой и в настоящее время живет один.

Рассуждая о своем настроении, Николай говорит, что обычно просыпается с тоской. “Понимаете, смысл потерял жизни, ушла почва из-под ног” Отмечает нарушение настроение, нарушения сна с частыми пробуждениями. «преследуют сцены войны». Тем не менее, Николай периодически выезжает в город навестить старых знакомых, в своей комнате он разводит рыбок и держит попугая – на уход за несколькими аквариумами и птичкой уходит значительная часть его времени. По его словам, животные спасают его от тоски, одиночества, чувства ненужности.

Задание участникам:

1. Участникам предлагается сформулировать проблему, с которой обратился человек.
2. Цель и стратегию консультирования при работе в одном из консультационных подходов.

Работа в группе. Установление контакта.

Упражнение 1. Разделитесь на пары и по очереди говорите на следующие темы, с тем, чтобы Ваш партнер слушал Вас с принятием и уважением:

- а) Когда я вхожу в комнату полную людей, я обычно...
- б) Я счастливее всего когда ...
- в) Мне хуже всего когда ...

Поделитесь, как Вы себя чувствовали, когда Вас слушали?

Какие признаки хорошего выслушивания Вы отмечаете?

Упражнение 2. Образуйте внутренний и наружный круг из равного числа людей. Внутренний круг должен стоять лицом к наружному кругу, а наружный к внутреннему, так чтобы они попарно стояли лицом друг к другу. Пусть люди из внутреннего и наружного кругов по очереди отвечают на один из следующих вопросов. После каждого ответа внутренний круг передвигается на одного человека из наружного круга по часовой

стрелке, так чтобы разговор происходил между разными партнерами. а) Какой у вас был наиболее приятный случай в жизни?

б) Какой случай в Вашей жизни бы наиболее неприятным?

в) На что Вы надеетесь для себя в ближайшие пять лет?

г) Чего Вы больше всего боитесь?

д) Что Вас больше всего сердит?

Посидите вдвоем в полной тишине, с закрытыми глазами и вслушайтесь в каждый звук, проверьте себя, можете ли Вы слышать звуки молчания?

Упражнение 3. Вопросы в диалоге консультанта и абонента могут выполнять следующие функции: обвинять, советовать, возлагать ответственность, утешать, создавать напряжение, противопоставлять, командовать, защищать. Использование в консультативном диалоге вопросов с открытым концом позволяет абоненту скорее раскрыть свои чувства и проблемы.

Разбейтесь на пары, пусть один выступает в роли абонента, другой – консультанта. Задача консультанта выслушать проблему, представляемую абонентом, используя в речи вопросы «открытого» типа:

- Какие чувства у Вас это вызывает?
- Как Вы отреагировали на то, что случилось?
- Когда Вы впервые отметили у себя эти чувства?
- Это случалось с Вами раньше?
- Как же выглядит ситуация, по Вашему мнению, сейчас?
- За что Вы чувствуете себя ответственным?
- Как, по Вашему мнению, к этому относятся Ваши близкие?
- Я уже понял, что Вам говорят другие, а что чувствуете Вы сами?
- Каковы, по-Вашему, лучшие и худшие выходы из ситуации?
- Что Вы можете еще рассказать об этом?
- Что Вы делаете, когда это происходит?
- Что, по вашему мнению, они хотят сказать Вам?
- Как я могу Вам помочь?
- Каковы Ваши отношения с Вашими?
- Что Вы делаете, когда Вам грустно?
- Что бы Вы хотели изменить в Вашей жизни?

Тема 5. Горе, скорбь, и тяжелая утрата. Разбор клинического случая. Анализ кейса с кризисными ситуациями.

Разбор клинического случая:

1. Диагностируйте состояние клиента, перечислите клинические проявления.
2. Определите пути помощи.

В жизни двадцатидвухлетней девушки несколько лет тому назад произошло трагическое событие — в автокатастрофе погиб ее друг. Она долго и болезненно переживала его смерть. Со временем боль вроде бы улеглась, но обозначились сложности во взаимоотношениях с молодыми людьми: она все еще оставалась одна. Все окружающие представители мужского пола так или иначе не устраивали ее, не находили отклика в душе. В ходе беседы выяснилось, что мысленно она сравнивала погибшего друга с другими молодыми людьми, а так как умерший вспоминался несколько идеализированным, то сравнение регулярно оказывалось не в их пользу. Девушке казалось, что уже ни с кем у нее не будет такого взаимопонимания и близости, как с умершим. Поэтому она избегала сближения с другими мужчинами и тем самым только утверждалась в мысли, что все они — «совсем не то». Кроме того, держась на расстоянии, она одновременно избегала новой боли (в случае повторной потери) и возможного предательства (видимо, в глубине души девушка испытывала амбивалентные чувства по отношению к погибшему другу: тосковала по нему и в то же время злилась на него за то,

что он «предал» ее, оставив одну, и в будущем боялась повторения того же с другим человеком). Таким образом, чувства, испытываемые по отношению к умершему, в данном случае переносились на окружающих. Плюс к этому девушка и сама не хотела совершить предательства своего друга, а именно так она расценивала завязывание близких отношений с другим мужчиной.

Тема 6. Психодиагностика кризисных состояний.

Отработка навыков диагностики и интерпретации результатов методик «Шкала оценки влияния травматического события», «Миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций», «Опросника выраженности психопатологической симптоматики», «Опросника депрессивности Бека», «Полуструктурированного интервью для оценки травматических переживаний детей», «Родительской анкеты для оценки травматических переживаний детей», «Шкалы диссоциации».

Тема 7. Экзистенциальный кризис. Основные факторы, виды, клиника провоцирующие экзистенциальный кризис.

Задание 1. Дайте психологический анализ опыта переживания предельной ситуации, описанного в произведениях (на выбор): Зорза В., Зорза Р. "Я умираю счастливой", Л.Н. Толстой «Смерть Ивана Ильича», П. Коэльо «Вероника хочет умереть».

Вопросы для обсуждения:

- Что лично Вам может помешать в оказании психологической помощи человеку (его семье), которые находятся в пограничной ситуации?
- Каковы возможности и ограничения в работе психолога с темой конечности жизни?

Тема 8. Методы психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях.

Задание 1. Отработка психологической технологии дебрифинг в парах.

Главная цель дебрифинга — снизить тяжесть психологических последствий после пережитого стресса. Участие в дебрифинге не может предупредить возникновение последствий трагических событий.

Технология дебрифинга:

- вводная фаза;
- фаза описания фактов;
- фаза описания мыслей;
- фаза описания переживаний;
- фаза описания симптомов;
- фаза обучения;
- завершающая фаза.

Средство оценивания: практическое задание

Шкала оценивания:

Практическое задание оценивается по 5-балльной шкале. Баллы переводятся в оценки успеваемости следующим образом:

Оценка «отлично» выставляется обучающемуся, если практическое задание правильно решено, приведена подробная аргументация своего решения, показано хорошее знание теоретических аспектов решения кейса.

Оценка «хорошо» выставляется обучающемуся, если практическое задание правильно решено, приведена достаточная аргументация своего решения, показано определенное знание теоретических материала.

Оценка «удовлетворительно» выставляется обучающемуся, если практическое задание частично имеет правильное решение, аргументация не полная, не прослеживается

знание теоретических материала.

Оценка «неудовлетворительно» выставляется обучающемуся, если практическое задание решено неверно, отсутствуют необходимые знания теоретического материала.

Промежуточная аттестация по дисциплине **Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний**

Обучающиеся по направлению подготовки 37.04.01 Психология. Психология кризисных состояний и экстремальная психология проходят промежуточную аттестацию в форме *экзамена* в 4 семестре.

При проведении *экзамена* по дисциплине *Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний* может использоваться устная или письменная форма проведения.

Примерная структура *экзамена* по дисциплине *Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний*:

1. устный ответ на вопросы

Обучающемуся на экзамене дается время на подготовку вопросов теоретического характера и практического задания.

2. выполнение тестовых заданий

Тестовые задания выполняются в течение 30 минут и состоят из 20-30 вопросов разных типов. Преподаватель готовит несколько вариантов тестовых заданий.

Ответ обучающегося на *экзамене* должен отвечать следующим требованиям:

- научность, знание и умение пользоваться понятийным аппаратом;
- изложение вопросов в методологическом аспекте, аргументация основных положений ответа примерами из современной практики/ из опыта профессиональной деятельности;
- осведомленность в важнейших современных вопросах философии.

Выполнение практического задания должно отвечать следующим требованиям:

- владение профессиональной терминологией;
- последовательное и аргументированное изложение решения.

Критерии оценивания ответов на экзамене

Уровень освоения компетенции	Формулировка требований к степени сформированности компетенций	Шкала оценивания
Высокий	Владеет способами и приемами выстраивания взаимоотношений с клиентом, способами оказания психологической помощи и консультирования Владеет технологиями психологических практик	Отлично
Продвинутый	Устанавливает взаимоотношения с клиентом для оказания психологической помощи и консультирования Применяет технологии психологических практик при оказании помощи клиентам, оказавшимся в кризисной или экстремальной ситуации	Хорошо
Базовый	Демонстрирует знание способов и приемов выстраивания взаимоотношений с клиентом, способов оказания психологической помощи и консультирования Имеет представление о технологиях психологических практик	Удовлетворительно
Компетенции не	Не соответствует критериям оценки	Неудовлетворительно

сформированы	удовлетворительно	
---------------------	-------------------	--

Рекомендации по проведению экзамена

1. Обучающиеся должны быть заранее ознакомлены с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся АНО ВО МОСИ.
2. С критериями оценивания экзамена преподаватель обязан ознакомить обучающихся до начала экзамена.
3. Преподаватель в ходе экзамена проверяет уровень полученных в течение изучения дисциплины знаний, умений и навыков и сформированность компетенций.
4. Тестирование по дисциплине проводится в Центре оценки и контроля качества образования МОСИ.

Перечень вопросов к экзамену

1. Подходы к определению психологического кризиса.
2. Виды и характеристики психологических кризисов.
3. Возрастные психологические кризисы.
4. Экзистенциальные психологические кризисы.
5. Суицидальные кризисные состояния.
6. Феноменология кризисных состояний.
7. Кризисная психотерапия: общие направления и подходы.
8. Кризисная психотерапия: методы и методики.
9. Особенности кризисной помощи детям и подросткам.
10. Особенности кризисной помощи людям, пережившим семейное насилие.
11. Требования к консультанту.
12. Возможные ошибки консультирования и способы их устранения.
13. Этические принципы телефонного консультирования.
14. Особенности консультирования суицидальных клиентов.
15. Особенности консультирования подростков.
16. Особенности консультирования зависимых абонентов.
17. Сравнительный анализ понятий стресс и травматический стресс.
18. Анализ основных психотравмирующих факторов при антропогенных и природных катастрофах.
19. Психодинамическая модель посттравматического стрессового расстройства.
20. Когнитивная модель посттравматического стрессового расстройства.
21. Психосоциальная модель посттравматического стрессового расстройства.
22. Психобиологическая модель посттравматического стрессового расстройства.
23. Мультифакторная модель стрессового расстройства.
24. Основные подходы к определению феномена диссоциации, его место и роль среди симптоматики посттравматического стрессового расстройства.
25. Диссоциативные феномены: абсорбция, рассеянность, деперсонализация, диссоциативное изменение идентичности, амнезия.
26. Критерии ПТСР в МКБ – 10.
27. Критерии ПТСР по DSM – IV.
28. Типы психотравмирующих ситуаций.
29. Факторы риска возникновения ПТСР.
30. История создания, развития и анализ сфер применения методик исследования ПТСР.
31. Характеристика психических функций при посттравматическом стрессе.
32. Историко-психологический анализ развития понятия посттравматическое стрессовое расстройство.

Перечень практических заданий

Ситуация 1

У женщины скончался супруг, видный деятель науки. На гражданскую панихиду собралось множество коллег и учеников, приехали, конечно же, и родные. Жена покойного неотступно находилась у гроба, гладила усопшего по лбу, щекам, целовала его руки. Трудно сказать, что в действительности происходило в душе у женщины, однако у некоторых бывших там людей невольно возникло ощущение наигранности, гипертрофированности ее горя. Примечательно, что непосредственно после поминок женщина охотно показывала гостям свою дачу, достаточно оживленно общалась. Возможно, устав от роли скорбящей вдовы, она позволила себе расслабиться, как только остались позади все положенные мероприятия, связанные с похоронами.

Ситуация 2

Некая молодая женщина долгое время встречалась с мужчиной старше ее по возрасту, склонным к алкоголизму. Все подруги в один голос призывали ее «одуматься», но, несмотря на это, она вышла за него замуж. Этот мужчина имел некоторые черты сходства с ее отцом, умершим незадолго до их знакомства на почве злоупотребления алкоголем. У ее матери, а также и у нее самой были напряженные отношения с отцом, которого они сторонились и осуждали. Однако после его смерти женщина стала чувствовать себя виноватой за то, что отошла от него в трудную минуту. И теперь, заботясь о своем муже и прощая ему все, она, возможно, неосознанно стремилась воздать ему то, чего раньше не дала отцу.

Ситуация 3

В одной из проведенных автором групп экзистенциального самопонимания принимала участие Л., женщина 40 лет. В группе она особенно выделялась среди других своим компульсивным стремлением помогать (убеждала, успокаивала, учила, советовала, стимулировала и т.д.), чем доставляла немало хлопот ведущему и участникам группы. Попытки понять мотивы такого поведения или скорректировать его долгое время оставались безуспешными. На вопрос ведущего о том, зачем она все это делает, Л. отвечала, что хочет помочь людям. Они в свою очередь убеждали ее, что такая помощь их тяготит, однако никакого видимого воздействия эти слова не производили. Постепенно напряжение между Л. и некоторыми другими членами группы росло, и его ощущали обе стороны. Несоответствие возникшего неприятия «благим намерениям» Л. вплотную подвело ее к пониманию, что здесь «что-то не так».

Во всей истории групповой (и не только групповой) жизни Л. все стало на свои места, когда она рассказала о чрезвычайно тяжелом событии периода своей юности. Ее лучшая подруга Т., с которой они были некоторое время в ссоре, переживала тяжелые дни своей жизни и обратилась к ней за поддержкой. Она же, будучи обиженной на подругу, оттолкнула ее, после чего Т. приняла смертельную дозу лекарства и ушла из жизни. Л. долго и тяжело переживала эту утрату, а потом вышла замуж, родила двух дочерей и посвятила им всю свою жизнь. Будучи высокообразованным специалистом-архитектором, человеком достаточно творческим, Л. уже больше десяти лет не работала, а все свои силы отдавала воспитанию двух дочек, к тому времени уже подростков. В связи с этим возникала мысль, что, чувствуя себя виновной в смерти Т., Л. потом всю жизнь пыталась искупить вину, стараясь воздать людям то, что не дала когда-то Т., — свою помощь и поддержку.

В то время как Л. в очередной раз стала возбужденно доказывать всем, что людям действительно всегда надо помогать, и у ведущего, и у некоторых участников группы возникло ощущение, что она разговаривает сейчас с Т., а не с присутствующими. После того как с Л. поделились этим ощущением, к ней начало приходить новое понимание себя, своих взаимоотношений с людьми и своей жизни. Изменилось и ее поведение в группе. До этого она была сильной, доминирующей, напористой, по-своему пытающейся всем помочь, теперь она стала более молчаливой, позволила себе быть слабой (и при этом самой собой) и уже принимала от других помощь и заботу.

Уже после окончания групповой работы, в процессе ретроспективного осмысления полученного опыта, Л. написала: «Если бы я проживала жизнь в группе заново, я постаралась бы больше слушать. Это так здорово — слушать! Я-то все жду, что меня выслушают, а надо слушать других, и не только слушать, но и услышать!» Обратим внимание: какой контраст с безоглядной помощью по своему усмотрению. По большому счету прозрение насчет умения слышать касается не только групповой жизни, но и того трагичного события из юности: тогда она слушала Т., но не услышала. Фактически только теперь Л. действительно извлекла верный урок из давней утраты: важно не просто помогать людям, а прежде этого «услышать», когда и какая помощь нужна.

По прошествии года в жизни Л. произошли существенные перемены, о которых она повествует следующим образом: «...Пришлось в очередной раз пересмотреть вопрос: кто я и зачем я здесь. Пошла опять учиться, вновь работать. Да, страшно: как дети без меня, что будут есть, сделают ли уроки. Оказывается, все нормально. Сейчас я хочу не только накормить и научить детей, я хочу чаще их целовать. У меня появилась новая цель — перейти вместе с детьми и мужем на новую, более высокую ступень отношения друг к другу...» Так пересмотр неадекватного вывода из давней трагедии позволил Л. освободиться от жестких рамок, которыми она стеснила свою жизнь, и открыть для себя новые возможности.

Ситуация 4

На консультацию к психологу была направлена девушка, у которой около года назад умерла бабушка. Эта потеря оказалась для нее чрезвычайно значимой и болезненной, так как ее мать умерла, когда девочке было всего четыре года, отец ушел к другой женщине, а бабушка фактически в одиночку вырастила внучку. С момента утраты прошло немало времени, но девушка по-прежнему находилась во власти целого комплекса тяжелых переживаний. Она чувствовала себя брошенной, ненужной, виноватой, жалела сама себя. К друзьям испытывала недоверие, считала, что они пользуются ею. Внутри себя она ощущала пустоту, апатию, не знала, чего хочет, к жизни была настроена равнодушно. Отсутствие веры в возможность изменений порождало ощущение безнадежности и безысходности. Причем девушка не только сомневалась в возможности изменений, она их определенно не хотела и даже боялась, что приводило к доминированию пассивной жизненной позиции. Фокус бытия переместился в прошлое, наблюдалась фиксация на воспоминаниях и тенденция к регрессии. Было очевидно, что девушка отказывается от дальнейшего развития, не вполне отдавая себе в этом отчет. Она заявляла, что потеряла себя, что не удовлетворена собой и своей жизнью, называла себя «серой мышкой» и тем не менее уговаривала себя, что «все нормально». Возможностям изменения препятствовали защиты, воздвигаемые против осознания собственной смертности, и привычная зависимая позиция (в качестве примера: девушка поступила в институт на экономический факультет в соответствии с желанием бабушки, но сама была недовольна выбранной профессией; в методике «График жизни» событие поступления в вуз сопровождается падением уровня графика в два раза). Девушка привыкла подчинять себя желаниям бабушки и теперь не могла обнаружить свои собственные. При этом тенденция перекладывать ответственность на чужие плечи (или на судьбу) еще больше осложняла ситуацию и сдерживала свободное развитие и выход на новый уровень бытия.

Тест по дисциплине «Кризисное консультирование и терапия кризисных и экстремальных состояний»

1. Непсихотическая отсроченная реакция на травматический стресс (природные и техногенные катастрофы, боевые действия, пытки, изнасилования), способный вызвать психические нарушения практически у каждого человека – это:

- а) посттравматическое стрессовое расстройство
- б) психический коллапс
- в) травматическое горе

2. Целенаправленное возвращение к воспоминаниям о травмирующем событии в целях его анализа и полного осознания всех обстоятельств травмы – стратегия используемая при разработке моделей ПТСР:

- а) психодинамических
- б) психосоциальных
- в) психобиологических

3. Составляющими 2-х факторной теории ПТСР являются:

- а) условно-рефлекторная обусловленность, оперантная обусловленность
- б) экзогенные, эндогенные факторы
- в) биологические, социальные факторы

4. Автором этиологической мультифакторной теории является:

- а) А. Мэркер
- б) Н.В. Тарабрина
- в) Р. Питмэн

5. Без какой группы критериев нельзя говорить о диагнозе ПТСР:

- а) А
- б) В
- в) С

3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Средство оценивания: устный опрос

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПОДГОТОВКЕ К УСТНОМУ ОПРОСУ

Устный опрос - удобная форма текущего контроля знаний. Целью устного опроса является обобщение и закрепление изученного материала. Главное преимущество – занимает мало времени от 5 до 7 мин., при этом в зависимости от количества вопросов, позволяет проверить большой объем и глубину знаний. Устный опрос может проводиться несколько раз за тему, что позволяет диагностировать, контролировать и своевременно корректировать усвоение материала, что значительно повышает эффективность обучения и закрепляет знания учащихся.

Для успешной подготовки к устному опросу, студент должен изучить/ законспектировать рекомендованную литературу. Внимательно осмыслить лекционный материал. При ответе особо выделить главную мысль, сделать вывод.

Средство оценивания: доклад

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ ДОКЛАДА

Подготовка доклада – это вид самостоятельной работы, который способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает критически мыслить. При написании доклада по заданной теме обучающиеся составляют план, подбирают основные источники. В процессе работы с источниками систематизируют полученные сведения, делают выводы и обобщения. Подготовка доклада требует от обучающегося большой самостоятельности и серьезной интеллектуальной работы, которая принесет наибольшую пользу, если будет включать с себя следующие этапы:

- изучение наиболее важных научных работ по данной теме, перечень которых, как правило, дает сам преподаватель;
- анализ изученного материала, выделение наиболее значимых для раскрытия темы фактов, мнений разных ученых и научных положений;
- обобщение и логическое построение материала доклада, например, в форме развернутого плана;
- написание текста доклада с соблюдением требований научного стиля.

Построение доклада включает три части: вступление, основную часть и заключение. Во вступлении указывается тема доклада, устанавливается логическая связь ее с другими темами или место рассматриваемой проблемы среди других проблем, дается краткий обзор источников, на материале которых раскрывается тема и т. п. Основная часть должна иметь четкое логическое построение, в ней должна быть раскрыта тема доклада. В заключении подводятся итоги, формулируются выводы, подчеркивается значение рассмотренной проблемы и т. п.

Средство оценивания: тест

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ВЫПОЛНЕНИЮ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Непременной сопутствующей процедурой преподавания любой дисциплины является контроль уровня усвоения учебного материала. В настоящее время среди разнообразных форм контроля в учебном процессе стали активно применяться тестовые задания, которые позволяют относительно быстро определить уровень знаний обучающегося. Тестовые задания является одной из наиболее научно обоснованных процедур для выявления реального качества знания у обучающегося. Впрочем, тестирование не может заменить собой другие педагогические средства контроля, используемые сегодня преподавателями. В их арсенале остаются устные экзамены,

контрольные работы, опросы обучающихся и другие разнообразные средства. Они обладают своими преимуществами и недостатками и поэтому они наиболее эффективны при их комплексном применении в учебной практике.

По этой причине каждое из перечисленных средств применяется преподавателями на определенных этапах изучения дисциплины. Самое главное преимущество тестов – в том, что они позволяют преподавателю и самому обучающемуся при самоконтроле провести объективную и независимую оценку уровня знаний в соответствии с общими образовательными требованиями. Наиболее важным положительным признаком тестового задания является однозначность интерпретации результатов его выполнения. Благодаря этому процедура проверки может быть доведена до высокого уровня автоматизма с минимальными временными затратами. При проведении тестирования степень сложности предлагаемых вопросов определяются преподавателем в зависимости от уровня подготовленности группы.

Средство оценивания: реферат

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПОДГОТОВКЕ РЕФЕРАТА

Тему реферата обучающийся выбирает самостоятельно, ориентируясь на прилагаемый примерный список. В реферате магистранты показывают знания дисциплины и умение реферировать, т. е. творчески анализировать прочитанный текст, а также умение аргументированно и ясно представлять свои мысли, с обязательными ссылками на использованные источники и литературу. В реферате желательно отразить различные точки зрения по вопросам выбранной темы.

Реферат следует писать в определенной последовательности. Обучающемуся необходимо ознакомиться с рабочей программой по дисциплине, выбрать нужную тему, подобрать и изучить рекомендованные документы и литературу. Если заинтересовавшая обучающегося тема не учтена в прилагаемом списке, то по согласованию с преподавателем можно предложить свою. Выбирая тему реферата, необходимо руководствоваться личным интересом и доступностью необходимых источников и литературы.

Поиск литературы по избранной теме следует осуществлять в систематическом и генеральном (алфавитном) каталогах библиотек (по фамилии автора или названию издания) на библиографических карточках или в электронном виде. Поиск литературы (особенно статей в сборниках и в коллективных монографиях) облегчит консультация с библиографом библиотеки. Возможен также поиск перечней литературы и источников по информационным сетевым ресурсам (Интернета).

Ознакомившись с литературой, магистрант отбирает для своего реферата несколько научных работ (монографий, статей и др.). Выбирая нужную литературу, следует обратить внимание на выходные данные работы.

Объем реферата колеблется в пределах 25-30 страниц формата А-4 с кеглем 14 и полуторным интервалом между строками в обычной компьютерной редакторской программе. Отредактированная работа должна быть пронумерована (номер ставится в верхней части страницы, по центру) и сброшюрована.

Реферат должен быть оформлен в компьютерном варианте. Компьютерный текст должен быть выполнен следующим образом:

- текст набирается на одной стороне листа;
- стандартная страница формата А4 имеет следующие поля: правое – 10 мм, левое – 30 мм, верхнее и нижнее – 20 мм;
- межстрочный интервал – полуторный;
- гарнитура шрифта – Times New Roman;
- кегль шрифта – 14;
- абзацный отступ – 1,25 пт.

На титульном листе, который не нумеруется, указывается название полное название Института, кафедры, полное название темы реферата, курс, отделение, номер учебной группы, инициалы и фамилия обучающегося, а также ученая степень, ученое звание, инициалы и фамилия преподавателя, который будет проверять работу.

На второй странице размещается оглавление реферата, которое отражает структуру реферата и включает следующие разделы:

– введение, в котором необходимо обосновать выбор темы, сформулировать цель и основные задачи своего исследования, а также можно отразить методику исследования;

– основная часть, состоящая из нескольких глав, которые выстраиваются по хронологическому или тематическому принципу, озаглавливаются в соответствии с проблемами, рассматриваемыми в реферате. Главы желательно разбивать на параграфы. Важно, чтобы разделы оглавления были построены логично, последовательно и наилучшим образом раскрывали тему реферата;

– заключение, в котором следует подвести итоги изучения темы, на основании источников, литературы и собственного понимания проблемы изложить свои выводы.

Ссылки на источники и литературу, использованные в реферате, обозначаются цифрами в положении верхнего индекса, а в подстрочных сносках (внизу страницы) указывается источник, на который ссылается автор. Сноска должна быть полной: с указанием фамилии и инициалов автора, названия книги, места и года ее издания, страницы, на которую сделана ссылка в тексте.

Цитирование (буквальное воспроизведение) текста других авторов в реферате следует использовать лишь в тех случаях, когда необходимо привести принципиальные положения, оптимально сформулированные выводы и оценки, прямую речь, фрагмент документа и пр. В цитате недопустима любая замена слов. Если в работе содержатся выдержки (цитаты) из отдельных произведений или источников, их следует заключить в кавычки и указать источник, откуда взята данная цитата (автор, название сочинения, год и место издания, страница, например: Маршалова А. С. Система государственного и муниципального управления: Учебное пособие. – М., 2009. – С. 10.). Издательство в сносках обычно не указывается.

В реферате допускается передача того или иного эпизода или определенной мысли своими словами. В этом случае в тексте кавычки не ставятся, но в подстрочном примечании следует указать выходные данные источника. В тех случаях, когда сноска делается повторно на одно и то же издание, тогда в подстрочном примечании выходные данные не приводятся полностью.

Например:

Выработка политических ориентиров в значительной степени основана не на строго рациональном или научном анализе, а на понимании необходимости защиты тех или иных социальных интересов, осознании характера сопутствующей им конкуренции.

Т.е. в первой сноске указывается автор, полное название, место, год издания, страницы, на которые ссылаетесь.

В дальнейшем в сноске следует писать: Там же. – С. 98.

Если сноска на данную работу дана после других источников, следует писать: Государственная политика: Учебное пособие. – С. 197. (без указания места и года издания).

Ссылки на Интернет даются с обязательной датой просмотра сайта, т. к. сайты часто обновляются и порой невозможно найти те материалы, которые использовались в реферате. Например: Федеральный закон от 14 ноября 2002 г. № 161-ФЗ «О государственных и муниципальных унитарных предприятиях» [электронный текстовый документ].

URL:http://www.ranatruda.ru/ot_biblio/normativ/data_normativ/11/11264/index.php [дата обращения: 13.11.2015].

Вполне возможно помещение всех сносок реферата в специальный раздел Примечания.

В конце реферата приводится библиографический список, составленный в алфавитном порядке в соответствии с требованиями к оформлению справочно-библиографического аппарата. Источники и литература должны быть оформлены на разных страницах. Следует указывать только те источники и литературу, которую магистрант действительно изучил.

Библиографический список и сноски оформляются в соответствии с действующими стандартами. Реферат может содержать приложения в форме схем, таблиц, образцов документов и другие изображения в соответствии с темой исследования.

При написании реферата должно быть использовано не менее 25 источников или единиц литературы (книг, статей, интернет-сайтов, документов и др.). Учебники, энциклопедические и справочные издания не являются основной литературой и не входят в круг этих 25 наименований.

Если в реферате магистрант желает привести небольшие по объему документы или отдельные разделы источников, касающиеся выбранной темы, различные схемы, таблицы, диаграммы, карты, образцы типовых и эксклюзивных документов и другую информацию по основам государственного и муниципального управления, то их можно привести в разделе Приложения. При этом каждое приложение должно быть пронумеровано и снабжено указанием, откуда взята информация для него.

Введение, заключение, новые главы, библиографический список, должны начинаться с нового листа.

Все страницы работы, включая оглавление и библиографический список, нумеруются по порядку с титульного листа (на нем цифра не ставится) до последней страницы без пропусков и повторений. Порядковый номер проставляется внизу страницы по центру, начиная с цифры 2.

В реферате желателен высказывание самостоятельных суждений, аргументов в пользу своей точки зрения на исследуемую проблему. При заимствовании материала из первоисточников обязательны ссылки на автора источника или интернет-ресурс, откуда взята информация. Реферат, значительная часть которого текстуально переписана из какого-либо источника, не может быть оценена на положительную оценку.