МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
Шуйский филиал ИвГУ

Кафедра психологии и социальной педагогики

ОДОБРЕНО:

Руководитель ОП

_____ И.В. Кузьменко
(подпись)

«27» апреля 2023 г.

Рабочая программа дисциплины

ТЕОРИЯ И ПРАКТИКА ПСИХОЛОГИИ КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы:	Психология и социальная педагогика

Шуя

1. Цели освоения дисциплины

Цель освоения дисциплины «Теория и практика психологии кризисных ситуаций» – сформировать знания особенностей переживаний и поведения человека в кризисных ситуациях, научить применять эти знания для оказания психологической помощи обучающимся, переживающим кризисную ситуацию.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Теория и практика психологии кризисных ситуаций» является обязательной для изучения; относится к обязательной части блока дисциплин Б1, входит в психолого-педагогический модуль.

Успешное освоение данной дисциплины будет способствовать подготовке обучающихся к сдаче и сдаче государственного экзамена.

Студент, приступающий к изучению данной дисциплины, должен:

Знать:

- основные опасности, угрозы, характер их воздействия на человека, общество;
- современные угрозы, опасности и риски в киберпространстве;
- правила безопасного поведения и методы защиты от опасных и чрезвычайных ситуаций в процессе жизнедеятельности;
- нормативно-правовые акты, регламентирующие в сфере общего образования разработку образовательными организациями основных образовательных программ, рабочих программ по предмету, курсу, программ внеурочной деятельности, в том числе дополнительных;
- классификации электронных материалов учебного назначения для преподавательской деятельности, их функции, преимущества и недостатки, особенности применения в школьном обучении;
- типологию, принципы организации телеконференций и интернет-проектов в школьном обучении.

Уметь:

- оценивать факторы риска и выстраивать алгоритм безопасного поведения в условиях чрезвычайных ситуаций;
- применять различные методы защиты в опасных, чрезвычайных ситуациях;
- формировать у детей и подростков мотивацию к здоровому образу жизни;
- использовать здоровьесберегающие технологии в организации образовательного пространства;
- анализировать сайты образовательного назначения, определять их возможности для организации процесса обучения;
- проводить экспертизу и оценивать эффективность разработанных самостоятельно и опубликованных в печати или размещенных в Интернете конспектов уроков с применением информационных технологий, а также электронных изданий учебного назначения для средней школы;
- использовать информационно- коммуникационные технологии в учебных проектах;
- разрабатывать план-конспект / технологическую карту урока с использованием материалов электронных изданий и сетевых ресурсов;

Владеть:

- методами формирования культуры безопасного поведения в повседневной жизни и в профессиональной деятельности;

- приемами и технологиями проведения мероприятий по обеспечению устойчивого развития общества;
- навыками разработки отдельных компонентов основных и дополнительных образовательных программ:
- информационной культурой, необходимой современному учителю.

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

3.1. Компетенции, формированию которых способствует данная дисциплина

При реализации дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

а) универсальные компетенции (УК) и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Безопасность жизнедеятельности	УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК.8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, а также при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов. УК.8.2. Формирует культуру безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и в профессиональной деятельности, а также использует методы защиты в чрезвычайных ситуациях и военных конфликтах.

б) общепрофессиональные компетенции (ОПК) и индикаторы их достижения:

Наименование категории (группы) общепрофессиональных компетенций	Код и наименование общепрофессиональной компетенции выпускника	Код и наименование индикатора достижения общепрофессиональной компетенции
Разработка основных и дополнительных образовательных программ	ОПК-2. Способен участвовать в разработке основных и дополнительных образовательных программ, разрабатывать отдельные их компоненты (в том числе с использованием информационно-	ОПК-2.1. Разрабатывает программы учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программы дополнительного образования в соответствии с нормативно-правовыми актами в сфере образования. ОПК-2.2. Проектирует индивидуальные

	коммуникационных технологий)	образовательные маршруты освоения программ учебных предметов, курсов, дисциплин (модулей), программ дополнительного образования в соответствии с образовательными потребностями обучающихся. ОПК-2.3. Осуществляет отбор педагогических и других технологий, в том числе информационно-коммуникационных, используемых при разработке основных и дополнительных образовательных программ и их элементов.

3.2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с индикаторами достижения формируемых компетенций

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:

- основные опасности, угрозы, характер их воздействия на человека, общество (УК-8 (индикаторы 1, 2));
- превентивные мероприятия по обеспечению безопасности в образовательной организации (УК-8 (индикаторы 1, 2));
- нормативно-правовые акты, регламентирующие в сфере общего образования разработку образовательными организациями основных образовательных программ (ОПК-2 (индикаторы 1, 2, 3)).

Уметь:

- организовывать и проводить работу с учащимися, родителями (законными представителями) обучающихся и персоналом образовательных организаций по формированию навыков безопасного поведения (УК-8 (индикаторы 1, 2));
- формировать у детей и подростков культуру безопасного поведения (УК-8 (индикаторы 1, 2));
- разрабатывать познавательные задания для обучающихся (ОПК-2 (индикаторы 1, 2, 3));
- использовать психологические теории обучения и воспитания для разработки практических программ в системе образования (ОПК-2 (индикаторы 1, 2, 3)).

Владеть:

- методами формирования культуры безопасного и ответственного поведения в повседневной жизни и в профессиональной деятельности (УК-8 (индикаторы 1, 2));
- приемами и технологиями проведения мероприятий по обеспечению устойчивого развития общества (УК-8 (индикаторы 1, 2));
- навыками профессиональной рефлексии (ОПК-2 (индикаторы 1, 2, 3));
- современными технологиями педагогической деятельности (ОПК-2 (индикаторы 1, 2, 3)).

4. Объём и содержание дисциплины

Очная форма обучения
Объём дисциплины составляет 3 зачётные единицы (81 час.)
Контактная работа 33,25 час.
Самостоятельная работа 47,75 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	7 сем.	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	16,5	47,75
Практические занятия	16,5	
Зачет	0,25	–
Всего	33,25	47,75

Заочная форма обучения
Объём дисциплины составляет 2 зачётные единицы (54 час.)
Контактная работа 9,25 час.
Самостоятельная работа 71,75 час.

Виды учебных занятий и формы промежуточной аттестации	5 курс	
	Контактная работа с преподавателем	Самостоятельная работа обучающегося
Лекции	3	69
Практические занятия	6	
Зачет	0,25	2,75
Всего	9,25	71,75

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и объемом учебных занятий

Очная форма обучения

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)				Формы текущего контроля успеваемости Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа обучающегося	
				Лаб.	Пр.		
1.	Введение в психологию кризисных ситуаций.	7	1,5	–	1,5	6	
2.	Характеристика кризисного состояния.	7	1,5	–	1,5	6	

3.	Развитие и этапы кризиса.	7	1,5	–	1,5	6	
4.	Классификация индивидуальных жизненных кризисов.	7	3	–	3	7	Текущий контроль 1 – тестирование
5.	Психосоциальные факторы развития психотравмы у детей и подростков.	7	3	–	3	7	
6.	Психологическое сопровождение личности в кризисном состоянии.	7	3	–	3	7	
7.	Технологии оказания психологической помощи детям в кризисных ситуациях	7	3	–	3	8,75	Текущий контроль 2 – тестирование
ИТОГО:			16,5	–	16,5	47,75	Зачет

Заочная форма обучения

№ п/п	**Раздел (тема) дисциплины**	**Курс**	**Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и объем (в часах)**			**Формы текущего контроля успеваемости** **Формы промежуточной аттестации**
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа		Самостоятельная работа обучающегося
				Лаб.	Пр.	
1.	Введение в психологию кризисных ситуаций.	5	1,5	–	–	9	
2.	Характеристика кризисного состояния.	5		–	–	10	
3.	Развитие и этапы кризиса.	5	1,5	–	–	10	
4.	Классификация индивидуальных жизненных кризисов.	5		–	1,5	10	Текущий контроль 1 – тестирование
5.	Психосоциальные факторы развития психотравмы у детей и подростков.	5	–	–	1,5	10	
6.	Психологическое сопровождение личности в кризисном состоянии.	5	–	–	1,5	10	
7.	Технологии оказания психологической помощи детям в кризисных ситуациях	5	–	–	1,5	10	Текущий контроль 2 – тестирование
ИТОГО:			3	–	6	69	Зачет

4.2. Развернутое описание содержания учебного материала по разделам (темам)

Тема 1. Введение в психологию кризисных ситуаций

Предмет и задачи кризисной психологии. Теоретические основы кризисной психологии. Основные категории кризисной психологии. Понятия кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния. Трудные жизненные ситуации. Экстремальные ситуации. Соотношение объективного и субъективного в ситуации. Поведение личности в кризисной ситуации.

Тема 2. Характеристика кризисного состояния.

Кризис как последствие трудных и экстремальных ситуаций. Классификации кризисов. Нормативные и ненормативные (травматические) кризисы. Понятие кризисного состояния, типология кризисных состояний: стресс, фрустрация, конфликт, депривация, кризис. Виды кризисных состояний. Социально-психологические последствия кризисных состояний. Специфика посттравматического стрессового расстройства.

Тема 3. Развитие и этапы кризиса

Причины кризиса: внешние и внутренние причины. Этапы развития кризисного состояния и их характеристика: игнорирование травмирующего события, шок; осознание действительности и поиск причин; состояние горя и отчаяния; реорганизация. Стадии кризисного состояния: нормальной адаптации, мобилизации, критическая. Формы разрешения кризиса.

Тема 4. Классификация индивидуальных жизненных кризисов

Подходы к созданию типологий кризисов и кризисных состояний. Кризисы развития. Кризисы утраты. Травматические кризисы. Кризисы отношений. Кризисы смысла жизни. Морально-этические кризисы. Материальные, социальные и духовные кризисные состояния. Экзистенциальные кризисы. Профессиональные кризисы.

Тема 5. Психосоциальные факторы развития психотравмы у детей и подростков

Психосоциальные факторы, приводящие к развитию психотравмы у детей и подростков. Шоковые психические травмы. Психотравмирующие ситуации кратковременного действия. Хронически действующие психотравмирующие ситуации. Факторы эмоциональной депривации. Характерологические и патохарактерологические реакции. Реакции, свойственные преимущественно детям и преимущественно подросткам. Диагностика психических состояний.

Тема 6. Психологическое сопровождение личности в кризисном состоянии

Кризисная интервенция. Принципы кризисной интервенции: эмпатический контакт, безотлагательность, психологическая поддержка, ограничение целей, формирование доступа к ресурсам личности и др. Основные правила работы с кризисной личностью. Этапы работы с кризисной личностью. Процесс психологического консультирования в кризисных ситуациях. Этапы консультирования: установление эмпатического контакта; прояснение запроса, цели; «вентиляция» негативных переживаний; формирование доступа личности к своим ресурсам; разрешение кризисной ситуации. Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания. Психологическое сопровождение в ситуации насилия. Консультирование в ситуации безответной любви.

Тема 7. Технологии оказания психологической помощи детям в кризисных ситуациях

Системный подход в психологической помощи детям и членам их семьи. Психологическая работа с ребенком, переживающим горе в ситуации утраты близких. Психологическая помощь семье в кризисной ситуации тяжелого заболевания ребенка. Психологическая помощь детям – вынужденным переселенцам. Психологическая помощь детям, пострадавшим от насилия. Психологическая помощь детям при посттравматическом стрессе и суицидальном поведении. Работа психолога в ситуации затруднения принятия решения. Методы активации решения.

5. Образовательные технологии, в том числе перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Преподавание дисциплины «Теория и практика психологии кризисных ситуаций» ведется с применением следующих видов образовательных технологий: рейтинговая технология (для очной формы обучения), информационно-коммуникационные технологии, технологии проблемного обучения, имитационные технологии (игровые и неигровые формы), интерактивные технологии, технологии коллективного способа обучения; активные методы обучения: дискуссия, групповая работа, решение ситуационных задач, деловые игры.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: мультимедиа технологии, технологии визуализации (интеллект-карты).

Для подготовки к занятиям, написания докладов, выполнения индивидуальных заданий студенты используют электронный каталог библиотеки, электронные ресурсы электронных библиотечных систем «Университетская книга», ЭБС Шуйского филиала ИвГУ на платформе «Руконт».

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

В процессе изучения дисциплины предполагаются следующие виды самостоятельной работы студентов:

1) выполнение домашних практических заданий (поиск собственных примеров, иллюстрирующих те или иные темы учебной дисциплины, анализ ситуаций, написание выводов, составление рекомендаций и т.д.);
2) подготовка докладов;
3) написание эссе;
4) выполнение исследовательских и творческих заданий.

Основными видами заданий для самостоятельной работы студентов являются:

- для овладения знаниями: чтение текста (учебных пособий, дополнительной литературы); графическое изображение структуры текста; конспектирование текста; работа со словарями и справочниками; работа с электронными образовательными ресурсами и др.;
- для закрепления и систематизации знаний: работа с конспектом лекции; составление плана и тезисов ответа; составление таблиц и интеллект-карт; подготовка сообщений к выступлению на практическом занятии, конференции; подготовка докладов, написание эссе; самоподготовка к экзамену и др.;
- для формирования компетенций: решение ситуационных задач и упражнений; выполнение творческих и исследовательских заданий и др.

Доступ к методическим материалам осуществляется через сайт Шуйского филиала ИвГУ, в том числе через ЭБС Шуйского филиала ИвГУ на платформе «Руконт». Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приводится в приложении 1 к рабочей программе.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине

Для проведения входного контроля применяется устный опрос, направленный на выявление имеющихся у студентов представлений в области изучаемой темы.

Текущий контроль проводится при помощи тестирования, опроса и разноуровневых заданий (подготовка докладов, выполнение творческих и исследовательских заданий, написание эссе). Для текущего контроля успеваемости в ходе изучения дисциплины применяется балльно-рейтинговая система (для очной формы обучения).

Формой промежуточной аттестации по дисциплине «Теория и практика психологии кризисных ситуаций» является зачет. Зачет проводится в смешанной форме: письменное тестирование и выполнение практико-ориентированного задания. Для получения оценки «зачтено» студент (очной формы обучения) должен получить за работу в семестре и ответ на промежуточной аттестации в сумме не менее 61 балла. Непосредственно во время проведения экзамена студент может получить не более 30 баллов, из них 15 баллов – за письменное тестирование (по 1 баллу за каждый правильный ответ) и 15 баллов – за выполнение задания.

Уровень сформированности контролируемых компетенций выявляется с помощью тестирования и выполнения практико-ориентированного задания.

Тест-билет предусматривает следующие виды заданий:

- задания с выбором одного или нескольких вариантов ответа;
- задания на установление соответствия;
- задания открытой формы с требованием записать краткий ответ;
- задания на установление правильной последовательности.

На выполнение заданий тест-билета отводится 20 минут.

За каждый правильный ответ студенту начисляется 1 балл.

Максимальное количество баллов за выполнение теста – 15 баллов.

Если студент за прохождение тестирования получил 8-10 баллов, то уровень сформированности контролируемых компетенций можно оценить как пороговый; 11-12 баллов – базовый уровень, 13-15 баллов – повышенный уровень.

Практико-ориентированные задания направлены на проверку умения студентов рассуждать, обосновывать свою точку зрения, применять теоретический материал на практике.

Критерии оценки:

13-15 баллов – задание выполнено полностью и правильно, с применением творческого подхода. Результаты выполнения задания представлены содержательно и грамотно, наблюдается умение последовательно, логично и аргументировано обосновать свою точку зрения, используя психологическую терминологию.

10-12 баллов задание выполнено полностью и правильно, результаты выполнения задания представлены содержательно и грамотно, наблюдается умение последовательно, логично и аргументировано обосновать свою точку зрения, используя психологическую терминологию.

7-9 баллов – задание выполнено полностью и правильно, результаты выполнения задания представлены содержательно и грамотно, студент испытывает затруднения в аргументации своей точки зрения с использованием психологической терминологии.

4-6 баллов – задание выполнено полностью, но имеются неточности в аргументировании отдельных аспектов задания, допускаются ошибки в использовании психологической терминологии.

1-3 баллов – представленные результаты выполнения задания нуждаются в дополнениях и уточнениях / задание выполнено частично, отсутствует аргументированность полученных результатов.

Если студент за выполнение практико-ориентированного задания получил 8-10 баллов, то уровень сформированности контролируемых компетенций можно оценить как пороговый; 11-12 баллов – базовый уровень, 13-15 баллов – повышенный уровень.

Очная форма обучения

Оценка результатов освоения дисциплины при рейтинговой системе оценивания формируется по 100-балльной шкале из результатов текущего контроля успеваемости и результатов, полученных на зачете.

Оценка на зачете выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Теория и практика психологии кризисных ситуаций» при рейтинговой системе оценивания

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
85-100 баллов	71-84 балла	61-70 баллов	60 и менее баллов

Заочная форма обучения

Оценка на зачете выставляется по следующей шкале:

Шкала оценки результатов освоения дисциплины «Теория и практика психологии кризисных ситуаций»

Повышенный уровень	Базовый уровень	Пороговый уровень	Ниже порогового уровня
зачтено	зачтено	зачтено	не зачтено
26-30 баллов	21-25 баллов	17-20 баллов	менее 17 баллов

Фонд оценочных средств по дисциплине в полном объёме представлен в Приложении 2 к настоящей программе.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Учебная и учебно-методическая литература:

– основная литература:

1. Кризисная психология: учебное пособие / авт.-сост. Е. С. Гольдшмидт, Н. И. Корытченкова, С. С. Смагина, Н. К. Будницкая [и др.]. – Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2019. – 140 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600274. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-2444-6. – Текст: электронный.
2. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций: учебник и практикум для академического бакалавриата / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. – Москва: Юрайт, 2019. - 303 с.
3. Пономарева, И. М. Работа психолога в кризисных службах: учебное пособие / И. М. Пономарева. – Санкт-Петербург: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 198 с.: ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277347. – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-98238-049-4. – Текст: электронный.

– дополнительная литература:

1. Александрова, Н. В. Профилактика суицидального поведения: учебное пособие / Н. В. Александрова. – Омск: Омский государственный университет им. Ф.М. Достоевского (ОмГУ), 2020. – 116 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=614035. – Библиогр.: с. 93-107. – ISBN 978-5-7779-2479-7. – Текст: электронный.
2. Биктина, Н. Практикум по психологии посттравматического стресса: учебное пособие / Н. Биктина; Оренбургский государственный университет. – Оренбург: Оренбургский государственный университет, 2011. – 166 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=259206. – Текст: электронный.
3. Микляева, А.В. Психологические основы работы с «трудным классом»: учебно-методическое пособие / А.В. Микляева, П.В. Румянцева; Российский государственный педагогический университет имени А. И. Герцена. – Санкт-Петербург: Российский государственный педагогический университет им. А.И. Герцена (РГПУ), 2018. – 248 с.: ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=577812. – Библиогр.: с. 187-194. – ISBN 978-5-8064-2527-1. – Текст: электронный.
4. Молодцова, Т. Д. Профилактика суицида подростков: научно-методическое пособие / Т. Д. Молодцова, М. М. Русинова, С. Ю. Шалова. – Москва; Берлин: Директ-Медиа, 2019. – 148 с.: табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=496778. – Библиогр.: с. 61-62. – ISBN 978-5-4475-8157-2. – DOI 10.23681/496778. – Текст: электронный.
5. Ныркov, Д. А. Средства и методы государственной поддержки организаций в кризисной ситуации / Д. А. Ныркov. – Москва: Лаборатория книги, 2012. – 129 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=142850. – ISBN 978-5-504-00595-9. – Текст: электронный.
6. Профилактика жестокого обращения с детьми: практическое руководство / Ю.В. Даниленко, С.В. Ерещенко, А.Л. Кондратенко и др.; под ред. Т.В. Наконечной. – Ростов-на-Дону: Издательство «Феникс», 2014. – 350 с.: ил.– Режим доступа: по подписке. – URL: http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=256454. – Текст: электронный.

Интернет-ресурсы:

1. http://elibrary.rsl.ru/ Российская Государственная библиотека. Электронная библиотека – универсальное собрание.
2. http://www.biblioclub.ru/Университетская библиотека online. Научные и учебные издания.
3. https://psytests.org/test.html Психологические тесты онлайн
4. http://studentam.net/ Электронная библиотека учебников.
5. https://www.psychology.ru/ Психология на русском языке
6. http://www.voppsy.ru/Вопросы психологии. Журнал.
7. Вестник образования России. http://www.vestniknews.ru/
8. https://psy.1sept.ru/ журнал «Школьный психолог»
9. https://psyjournals.ru/ Портал психологических изданий
10. Государственная научная педагогическая библиотека им. К.Д. Ушинского http://www.gnpbu.ru/
11. Научная электронная библиотека «КиберЛенинка» https://cyberleninka.ru/
12. Электронная педагогическая библиотека http://www.pedlib.ru/

13. Психея – полезная информация из мира психологии http://www.psycheya.ru/

Современные профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» www.biblioclub.ru
2. Национальный цифровой ресурс Руконт https://rucont.ru/default.aspx
3. Коллекция Шуйского филиала ИвГУ на национальном цифровом ресурсе «Руконт» https://rucont.ru/collections/31
4. Электронная библиотека ИвГУ http://lib.ivanovo.ac.ru
5. Электронный каталог НБ ИвГУ http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek
6. Национальная электронная библиотека https://rusneb.ru/search
7. ЭБС «Консультант студента» http://www.studentlibrary.ru
8. Сайт Министерства образования и науки РФ https://minobrnauki.gov.ru/
9. Федеральный портал «Российское образование» http://www.edu.ru
10. Википедия – свободная энциклопедия http://ru.wikipedia.orq/wiki

Программное обеспечение:

В процессе изучения дисциплины используются офисные пакеты Microsoft Office, Open Office, программа для просмотра и чтения файлов PDF Adobe Acrobat Reader DC, программа для воспроизведения флэш-анимации в браузерах Adobe Flash Player, вэб-обозреватели Google Chrome, Opera, Антивирус Касперского, 1С университет.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

1. Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории.
2. Учебная аудитория для проведения занятий семинарского типа, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
3. Учебная аудитория для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения.
4. Помещение для самостоятельной работы, оснащенное специализированной мебелью, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.
5. Учебно-наглядные пособия для занятий лекционного типа, обеспечивающие тематические иллюстрации: мультимедийные презентации.

Автор рабочей программы дисциплины: И.В. Пшеничнова, доцент кафедры психологии и социальной педагогики, кандидат психологических наук, доцент.

Программа рассмотрена на заседании кафедры психологии и социальной педагогики «_21_» _января_2022 г., протокол № _6___.

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 10 от «27» апреля 2023 г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ И.В. Кузьменко
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____20 __ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ И.В. Кузьменко
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № _____ от «_____» _____20 __ г.
Согласовано:
Руководитель ОП _____ И.В. Кузьменко
(подпись)

Приложение 1

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Общие рекомендации к организации самостоятельной работы студентов

Начиная подготовку к практическому занятию, необходимо, прежде всего, прочитать соответствующие страницы в конспекте лекций, так как в ней раскрываются основные понятия, намечаются цели и ставятся конкретные задачи; затем познакомиться с содержанием разделов учебников и учебных пособий, чтобы получить общее представление о месте и значении проблемы в изучаемом курсе. Следующим этапом будет являться работа с дополнительной литературой, электронными библиотечными системами (ЭБС), оформление записей по прочитанному. При выполнении записей студент должен придерживаться правила: «прочел – разобрался – понял – записал». Можно выделить следующие основные формы записи: план (простой и сложный), тезисы.

План – это перечень вопросов, рассматриваемых в произведениях и раскрывающих логику автора.

Значение плана

а) читая книгу, статью и составляя план прочитанного, мы глубже вникаем в ее содержание, лучше уясняем прочитанное и тем самым лучше закрепляем его в памяти;

б) по составленному плану, особенно сложному, легко восстанавливать то, что было прочитано раньше, например, несколько месяцев тому назад. С этой точки зрения, план ценнее при подготовки к контрольным, зачетам, экзаменам. В данном случае план выступает в качестве своеобразной опоры, путеводной нити будущего рассказа;

в) научившись составлять план прочитанного, человек без особого труда будет уметь составлять план ответов, сообщений, докладов;

г) наконец, упражнение в составлении планов приучат нас стройно мыслить, последовательно излагать факты и выводы устно и письменно.

Как работать над составлением плана?

1. Составляя план при чтении, прежде всего, стараются определить границы мыслей, т.е. те места, где кончается одна мысль и начинается другая. Чтобы облегчить составление плана, самые важные места в книге отмечают, используя для этого вкладные листки. Данная работа и будет определенной сортировкой материала. Выделяются главные положения и последовательность в их изложении; отбираются материал второстепенного характера: дополнения, факты, иллюстрации.

2. Далее приступают к озаглавливанию частей. При этом надо следить, чтобы заголовки-пункты плана наиболее полно раскрывали мысли автора. Параллельно с цитатами подбираются свободные заглавия частей. Главное в этой работе – обдумывание вариантов заглавий. Пункты плана можно и нужно фиксировать немедленно, уже в процессе первоначального чтения.

3. Определяя логическую связь между частями, стараются обеспечивать эту связь и между пунктами плана, т.е. один пункт должен быть по смыслу связан с предыдущим и последующим.

4. Расширяя работу над составлением плана, обучающиеся работают над превращением простого плана в сложный (развернутый) и, наоборот, в зависимости от характера текста. Сложный план в отличие от простого имеет ко всем основным пунктам еще и подпункты, которые детализируют или разъясняют содержание какой-то части текста.

Тезисы. Тезисы – это кратко сформулированные основные положения работы. Это слово с греческого языка означает положение, утверждение, которое автор или оратор

намерен доказать, защищать или опровергать. Тезисы требуют тщательного изучения текста, но в них не рассматривается фактический материал, приводимый в тексте для обоснования выдвинутой идеи, доказательства ее (идеи) жизнеспособности или пояснения высказываемых положений.

Тезисы, как и конспект, могут быть правильно составлены лишь на основе предварительного изучения текста.

Также полезно представить содержание темы или отдельного вопроса в ней в виде интеллект-карты.

Самостоятельная работа по дисциплине предполагает выполнение и таких видов заданий, как подготовку эссе, докладов, исследовательские и творческие задания.

Эссе предполагает описание какой-либо информации сквозь призму личного опыта автора. Работа в жанре эссе начинается с комментирования смысла понятий темы, а далее идет описание персонального применения этих понятий. Поскольку жанр эссе носит личностный характер, то здесь описание, характеристика понятий сопровождается примерами из разных сфер жизнедеятельности автора. Свободная форма записи эссе, допускающая соединение различных жанровых вариантов, позволяет автору выразить свое личное отношение к теме, показать свою осведомленность в ней.

Критерии оценивания эссе:
Соответствие содержания выбранной теме
Логика, последовательность изложения материала, полнота раскрытия темы
Наличие в заключении собственных выводов

Доклад – вид самостоятельной работы, способствующий формированию навыков исследовательской деятельности, приучающий обобщать информацию и критически мыслить. Доклад – это устное сообщение по какой-то теме. Следует учесть, что доклад предлагается слушателям, которых необходимо заинтересовать, вовлечь в обсуждение какого-то вопроса. При подготовке доклада обращают внимание на то, чтобы стиль изложения был доступным слушателям. При изложении доклада следует избегать чтения без отрыва от текста. Это создает неблагоприятное впечатление, делает даже самое интересное сообщение скучным и лишает докладчика возможности общаться с аудиторией. Примерный объем доклада – 2 стр. (формата А4), длительность выступления – 5-6 минут.

Критерии оценивания доклада:
Полнота раскрытия темы
Логика, последовательность изложения материала
Наличие выводов, обобщений
Соблюдение норм русского литературного языка при изложении материала

Задания (исследовательские и творческие) направлены на самостоятельное изучение отдельных вопросов тем, формулирование рекомендаций, собственных умозакалючений.

Критерии оценивания задания:
Полнота выполнения задания
Умение представлять результаты исследования (наблюдения, тестирования, опроса)
Наличие выводов, обобщений
Соблюдение норм русского литературного языка при изложении материала

Старайтесь в любой деятельности, в том числе учебной, придерживаться следующего алгоритма:

1. Прежде чем выполнить дело, четко сформулируйте цель предстоящей деятельности.

2. Подумайте, почему Вы это будете делать, что Вас толкает сделать это, для чего это нужно.

3. Оцените пути достижения цели. Постарайтесь учесть все варианты. Выберите наилучший вариант, взвесив все условия (обычно самый очевидный вариант не является самым лучшим).

4. Наметьте промежуточные этапы предстоящей работы, хотя бы примерно определив время для каждого этапа.

5. Во время реализации плана постоянно контролируйте себя и свою деятельность. Корректируйте работу с учетом получаемых результатов, то есть осуществляйте и используйте обратную связь.

6. По окончании работы проанализируйте ее результаты, оцените степень их совпадения с поставленной целью. Учтите сделанные ошибки, чтобы избежать их в будущем.

ЗАДАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ
Очная форма обучения

Практическое занятие 1.

Тема 1. Введение в психологию кризисных ситуаций

Цель: уточнить содержание понятий «кризис» и «кризисная ситуация», дать характеристику их проявлений.

Вопросы для обсуждения:

1. Причины выделения психологии кризисных ситуаций в самостоятельную отрасль знаний. Предмет и задачи кризисной психологии.
2. Основные категории психологии кризисных ситуаций: кризис, кризисная ситуация, кризисное состояние.
3. Трудные жизненные ситуации. Экстремальные ситуации.
4. Соотношение объективного и субъективного в ситуации.

Задания творческого уровня:

1. Составьте коллаж на тему «Кризисная ситуация».

2. Приведите примеры трудных жизненных ситуаций по критерию уровня объективной сложности:

Ситуации первого типа:

- неприятности обыденной жизни;
- трудные жизненные ситуации в нормальном цикле человеческой жизни, дающие шанс на восстановление «порядка жизни».

Ситуации второго типа – это те трудные и экстремальные ситуации, которые приводят к разрыву жизненного пути личности и провоцируют жизненный кризис. К ним относятся:

- ситуации «выживания» или «слома»;
- тяжелые утраты в ходе нормального цикла человеческой жизни;
- экстремальные ситуации природного, технологического и антропогенного характера и их отсроченные последствия.

Практическое занятие 2

Тема 2. Характеристика кризисного состояния

Цель: систематизировать представления о кризисном состоянии как психическом явлении и факторах, на него влияющих.

Вопросы для обсуждения:

1. Кризис как последствие трудных и экстремальных ситуаций.
2. Классификации кризисов.
3. Кризисное состояние и его типология.
4. Социально-психологические последствия кризисных состояний.

Задание творческого уровня:

Составьте интеллект-карту «Кризисное состояние».

Практическое занятие 3

Тема 3. Развитие и этапы кризиса

Цель: систематизировать представления о динамике кризиса и кризисного состояния.

Вопросы для обсуждения:

1. Этапы развития кризисного состояния (по С.Л. Соловьеву).
2. Стадии развития кризисного состояния (по А.М, Родиной).
3. Формы разрешения кризиса.

Задание творческого уровня:

Подберите пример развития кризиса (кризисного состояния) у героя понравившегося вам кинофильма или литературного произведения. Выделите и охарактеризуйте составляющие динамики развития кризиса.

Практические занятия 4-5

Тема 4. Классификация индивидуальных жизненных кризисов

Цель: систематизировать представления о многообразии индивидуальных духовных кризисов.

Вопросы для обсуждения:

1. Содержание понятия «индивидуальный жизненный кризис».
2. Классификация индивидуальных жизненных кризисов.
3. Характеристика кризисов развития.
4. Характеристика травматических кризисов.

Задание репродуктивного уровня:

Заполните таблицу, указав особенности возникновения и протекания нормативных и ненормативных кризисов:

Параметры	Нормативные кризисы	Ненормативные кризисы

Дополнительная литература:

Психология кризисных и экстремальных ситуаций: учебник / под ред. Н.С. Хрусталёвой. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2018. – 748 с.

Задание творческого уровня:

Попробуйте изобразить собственный жизненный путь в виде цепочки значимых событий. Какие из этих событий остались в прошлом, какие продолжаются в настоящем, какие планируются в будущем? Какие события вы бы отнесли к кризисным? О чем, на ваш взгляд, это может свидетельствовать?

Дискуссия «Любовь – духовный кризис?».

Что вы понимаете под «индивидуальным духовным кризисом»? Может ли любовь выступать как вариант индивидуального духовного кризиса? Докажите свою точку зрения.

Практические занятия 6-7

Тема 5. Психосоциальные факторы развития психотравмы у детей и подростков

Цель: систематизировать представления о психотравмирующих ситуациях, формировать умения выявления реакций на них.

Вопросы для обсуждения:

1. Психосоциальные факторы, приводящие к развитию психотравмы у детей и подростков.
2. Психотравмирующие ситуации кратковременного действия.
3. Хронически действующие психотравмирующие ситуации. Понятие «навязчивого возвращения».
4. Характерологические и патохарактерологические реакции.
5. Реакции, свойственные преимущественно детям.
6. Реакции, свойственные преимущественно подросткам.
7. Диагностика психических состояний.

Задания репродуктивного уровня:

1. Всегда ли перечисленные формы поведения: проблемы в школе при сохранном интеллекте и отсутствии психических отклонений, зависимость от компьютера, высокий уровень тревожности, агрессивность, повышенная конфликтность в школе и т.д. являются признаками дезадаптации? Может ли таким образом проявляться процесс адаптации?

2. Развод родителей при определенных обстоятельствах может стать для ребенка психогенным фактором, приводящим к нарушениям поведения или возникновению нервных или соматических расстройств. Г. Фигдор рассматривает типичные неблагоприятные условия, приводящие к негативным последствиям: в семье на протяжении долгих лет разыгрываются конфликты, пока не приведут к разводу; большинство людей не умеют дружественно заканчивать отношения; борьба за то, «кто получит детей»; социальная изоляция разведенной матери, особенно в тех случаях, когда на нее возложена опека; тяжелая экономическая ситуация матери; частичная потеря родительского чувства ответственности в результате личных трудностей и непреодолимых душевных кризисов.

Может ли быть развод родителей положительным для дальнейшего развития ребенка? Аргументируйте свой ответ.

3. Приведите примеры реакций на психотравмирующие ситуации, свойственных детям и подросткам, в континууме «норма – девиация – патология» (реакции отказа, компенсации, эмансипации, группирования со сверстниками и др.).

4. Составьте мини-брошюру с диагностическим инструментарием (минимум 2-3 методики) для изучения:

а) кризисных состояний подростков;

б) стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей;

в) стрессовых состояний у детей в результате переживания утраты близких.

Практические занятия 8-9

Тема 6. Психологическое сопровождение личности в кризисном состоянии

Цель: формировать умения проектировать план психологического консультирования и сопровождения личности в кризисном состоянии.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные правила работы с кризисной личностью.
2. Этапы работы с кризисной личностью.
3. Процесс психологического консультирования в кризисных ситуациях.
4. Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания.
5. Психологическое сопровождение в ситуации насилия.
6. Консультирование в ситуации безответной любви.

Дискуссия:

Обсудить в микрогруппах следующие вопросы и представить результаты обсуждения:

- Какова должна быть личная и профессиональная позиция консультанта при работе в кризисными состояниями?

- Какие препятствия (трудности) могут возникнуть при работе с кризисными клиентами?

- Какие ресурсы могут помочь консультантам в поддержке и сопровождении личности в кризисном состоянии?

Упражнение «Насилие в моей жизни»

Цель: обсуждение личного опыта, связанного с межличностным насилием.

Ход:

1. Мозговой штурм по понятию «насилие», приведение примеров насилия из повседневной жизни (т.н. «будничное насилие»). Примеры записываются.
2. Студенты в течение 5 мин. вспоминают эпизоды из своего личного опыта, когда:
   - кто-то применял насилие против них;
   - они применяли насилие против других;
   - они становились свидетелями насилия, но не вмешивались.
3. Обсуждение результатов в виде дискуссии:
   1) Почему возникла ситуация, сопровождавшаяся насилием?
   2) Почему вы повели себя именно таким образом?
   3) Что бы вы могли сделать по-другому? Есть ли предложения у группы?
   4) Что можно было бы сделать, чтобы предотвратить инцидент?
   5) Почему вы не вмешались?
   6) Сколько подобных инцидентов возникает вследствие недопонимания, сколько становится следствием негативных эмоций, сколько следствием различий в культуре , мнениях и верованиях?
   7) Что вы понимаете под словом «терпимость»? Означает ли это, что люди должны терпеть всё, что делают и говорят другие?
   8) Почему терпимость является исключительно важной компетенцией для психолога?

Упражнение «Разрешение конфликтов, или Электростанция»

Цель: углубление знаний понимания причин и проявлений насилия, развитие навыков сотрудничества в группе, выработка чувства ответственности за поиск творческих решений проблемы насилия.

Материалы: длинный шнур, ножницы, скотч, листы бумаги.

Ход:

1. На отдельных листах бумаги записываются 10-12 коротких фраз проявлений насилия (из первого упражнения). Листы складываются пополам и развешиваются на

натянутом через аудиторию шнуре. Таким образом, шнур изображает электролинию с мощной негативной энергией, из-за которой часто происходят аварии.

2. Студенты делятся на две подгруппы «монтёров». Преподаватель разрезает шнур между двумя листами с описанием насилия («авария»). «Монтёры» должны исправить положение и пустить по проводу положительную энергию, предложив ненасильственное решение проблемы. Для этого по одному «монтёру» от каждой группы бегут к месту разрывы, берутся каждый за свой конец шнура, зачитывают ситуацию, написанную на ближайшем листу бумаги.

3. Каждая группа должна в течение 3-5 минут придумать решения для озвученной проблемы. Затем группы делятся найденными решениями, обсуждают их. Решения записываются на новых листах и передаются «монтёрам». «Монтёры» связывают шнур и прикрепляют листки над соединением разрыва.

4. Обсуждение результатов:

- как чувствовали себя во время упражнения?
- какие были выявлены причины проявлений насилия?
- реалистичны ли предложенные решения?
- с какими трудностями (или сопротивлением) можно столкнуться при реализации этих решений?

Практические занятия 10-11

Тема 7. Технологии оказания психологической помощи детям в кризисных ситуациях

Цель: формировать навыки гармонизации межличностных отношений в классе.

Вопросы для обсуждения:

1. Психологическая помощь семье в кризисной ситуации тяжелого заболевания ребенка.
2. Содержание понятия «инкапсуляция травмы». Факторы риска развития посттравматического стрессового расстройства.
3. Психологическая диагностика и помощь детям при посттравматическом стрессе.
4. Работа психолога в ситуации затруднения принятия решения.
5. Методы активации решения.

Задания творческого уровня:

1. Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт оказания помощи детям при посттравматическом стрессе. Подготовьте презентацию в группе.

2. Охарактеризуйте возможности, ограничения и эффективность таких методов работы с ПТСР, как метод десенсибилизации и переработки травмы движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), визуально-кинестетическая диссоциация (ВКД), дебрифинг. Подготовьте доклад о любом из методов.

ЗАДАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ
Заочная форма обучения

Практическое занятие 1.

Тема 4. Классификация индивидуальных жизненных кризисов

Цель: систематизировать представления о многообразии индивидуальных духовных кризисов.

Вопросы для обсуждения:

1. Содержание понятия «индивидуальный жизненный кризис».
2. Классификация индивидуальных жизненных кризисов.
3. Характеристика кризисов развития.
4. Характеристика травматических кризисов.

Задание творческого уровня:

Попробуйте изобразить собственный жизненный путь в виде цепочки значимых событий. Какие из этих событий остались в прошлом, какие продолжаются в настоящем, какие планируются в будущем? Какие события вы бы отнесли к кризисным? О чем, на ваш взгляд, это может свидетельствовать?

Дискуссия «Любовь – духовный кризис?».

Что вы понимаете под «индивидуальным духовным кризисом»? Может ли любовь выступать как вариант индивидуального духовного кризиса? Докажите свою точку зрения.

Практическое занятие 2

Тема 5. Психосоциальные факторы развития психотравмы у детей и подростков

Цель: систематизировать представления о психотравмирующих ситуациях, формировать умения выявления реакций на них.

Вопросы для обсуждения:

1. Психосоциальные факторы, приводящие к развитию психотравмы у детей и подростков.
2. Психотравмирующие ситуации кратковременного действия.
3. Хронически действующие психотравмирующие ситуации. Понятие «навязчивого возвращения».
4. Характерологические и патохарактерологические реакции.
5. Реакции, свойственные преимущественно детям.
6. Реакции, свойственные преимущественно подросткам.
7. Диагностика психических состояний.

Задания репродуктивного уровня:

1. Всегда ли перечисленные формы поведения: проблемы в школе при сохранном интеллекте и отсутствии психических отклонений, зависимость от компьютера, высокий уровень тревожности, агрессивность, повышенная конфликтность в школе и т.д. являются признаками дезадаптации? Может ли таким образом проявляться процесс адаптации?

2. Развод родителей при определенных обстоятельствах может стать для ребенка психогенным фактором, приводящим к нарушениям поведения или возникновению нервных или соматических расстройств. Г. Фигдор рассматривает типичные неблагоприятные условия, приводящие к негативным последствиям: в семье на протяжении долгих лет разыгрываются конфликты, пока не приведут к разводу; большинство людей не умеют дружественно заканчивать отношения; борьба за то, «кто получит детей»; социальная изоляция разведенной матери, особенно в тех случаях, когда на нее возложена опека; тяжелая экономическая ситуация матери; частичная потеря родительского чувства ответственности в результате личных трудностей и непреодолимых душевных кризисов.

Может ли быть развод родителей положительным для дальнейшего развития ребенка? Аргументируйте свой ответ.

3. Приведите примеры реакций на психотравмирующие ситуации, свойственных детям и подросткам, в континууме «норма – девиация – патология» (реакции отказа, компенсации, эмансипации, группирования со сверстниками и др.).

Практическое занятие 3

Тема 6. Психологическое сопровождение личности в кризисном состоянии

Цель: формировать умения проектировать план психологического консультирования и сопровождения личности в кризисном состоянии.

Вопросы для обсуждения:

1. Основные правила работы с кризисной личностью.
2. Этапы работы с кризисной личностью.
3. Процесс психологического консультирования в кризисных ситуациях.
4. Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания.
5. Психологическое сопровождение в ситуации насилия.
6. Консультирование в ситуации безответной любви.

Дискуссия:

Обсудить в микрогруппах следующие вопросы и представить результаты обсуждения:

- Какова должна быть личная и профессиональная позиция консультанта при работе в кризисными состояниями?

- Какие препятствия (трудности) могут возникнуть при работе с кризисными клиентами?

- Какие ресурсы могут помочь консультантам в поддержке и сопровождении личности в кризисном состоянии?

Практическое занятие 4

Тема 7. Технологии оказания психологической помощи детям в кризисных ситуациях

Цель: формировать навыки гармонизации межличностных отношений в классе.

Вопросы для обсуждения:

1. Психологическая помощь семье в кризисной ситуации тяжелого заболевания ребенка.
2. Содержание понятия «инкапсуляция травмы». Факторы риска развития посттравматического стрессового расстройства.
3. Психологическая диагностика и помощь детям при посттравматическом стрессе.
4. Работа психолога в ситуации затруднения принятия решения.
5. Методы активации решения.

Задание творческого уровня:

Обобщите на основе имеющейся литературы и электронных публикаций опыт оказания помощи детям при посттравматическом стрессе. Подготовьте презентацию в группе.