

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего образования**  
**КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ**  
**им. В.П. Астафьева**  
(КГПУ им. В.П. Астафьева)

Кафедра психологии

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

**ОСНОВЫ ЭКСТРЕННОЙ**  
**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ**

Направление подготовки:  
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы:  
Психология образования

Квалификация (степень):  
Бакалавр

Красноярск 2017

Рабочая программа дисциплины составлена: доцентом кафедры психологии  
В.В. Ворониным

РПД обсуждена на заседании кафедры психологии протокол № 11  
от «6» сентября 2017 г.

Заведующий кафедрой



Е.Ю.Дубовик

Одобрено НМСН ИППО протокол № 6 от «06» сентября 2017 г.

Председатель НМСН



М.А.Кухар

## Пояснительная записка

Рабочая программа дисциплины «Основы экстренной психологической помощи» для бакалавров очной формы обучения разработана согласно ФГОС ВО по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование по образовательной программе «Психология образования». Место дисциплины в учебном плане: Б1.В.ДВ.12.2, теоретические основы профессиональной деятельности 8 семестр. Трудоемкость дисциплины включает в себя 108 часов (3 З.Е.), при этом 14 часов различные формы аудиторной работы со студентами и 90 часов самостоятельная работа обучающегося.

Цель освоения дисциплины: формирование у обучающихся общепрофессиональных и профессиональных компетенций на основе овладения технологиями оказания экстренной психологической помощи различным категориям пострадавших в кризисных и чрезвычайных ситуациях.

В результате изучения дисциплины студент должен обладать следующими компетенциями:

*а) общепрофессиональными:*

способностью учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях (ОПК-1);

*б) профессиональными:*

способностью эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей (ПК-26).

Таблица 1.

### Планируемые результаты обучения

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
формирование научных представлений о предмете, объекте и типологии экстренных и критических ситуаций	Знать: основные направления и виды психологической помощи в экстренных ситуациях	ОПК-1 ПК-26
	Уметь: диагностировать психологические особенности людей, нуждающихся в оказании кризисной и/или экстренной помощи	
	Владеть: методами предупреждения и профилактики личной профессиональной деформации, профессиональной усталости	
освоение способов и методов оказания экстренной психологической помощи	Знать: принципы организации психологической помощи пострадавшим в экстренных ситуациях	ОПК-1 ПК-26
	Уметь: строить взаимоотношения и общение с людьми в критической ситуации с учетом их возраста, пола, социального статуса и психологических особенностей	
	Владеть: основными методами психологической помощи людям, оказавшимся в экстренной ситуации	
выработка умений по обоснованию системы активной профилактики	Знать: факторы профессионального здоровья специалистов, работающих в экстремальных условиях	ОПК-1 ПК-26
	Уметь: профессионально воздействовать на	

экстремальных и критических ситуаций	уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека в целях профилактики кризисных и экстремальных состояний	
	Владеть: сформированной профессиональной позицией помогающего специалиста, готового к оказанию профессиональной психологической помощи	

**Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины:**

1. Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская-зачетная система).
2. Педагогические технологии на основе гуманно-личностной ориентации педагогического процесса:
  - а) педагогика сотрудничества;
  - б) гуманно-личностная технология
3. Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся:
  - а) проблемное обучение;
  - б) технология проектного обучения (метод жизненных заданий);
  - в) интерактивные технологии (дискуссия, проблемный семинар, тренинговые технологии)
4. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:
  - а) технологии индивидуализации обучения;
  - б) коллективный способ обучения.

**Технологическая карта обучения дисциплине**  
**Основы экстренной психологической помощи**  
**для обучающихся основной профессиональной образовательной программы**  
 Бакалавр, 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Психология образования /заочная форма обучения  
 (общая трудоемкость дисциплины 3 з.е.)

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы и методы контроля
		всего	лекций	семинаров	лабор-х работ, контр. работ		
Введение в дисциплину «Основы экстренной психологической помощи»	9	2	2	-	-	7	Аудиторная работа
Психология кризисной ситуации	9	2	2	2	-	7	Аудиторная работа
Стресс: история изучения и современные представления	7	-	-	2	-	7	Аудиторная работа
Психология стресса	7	-	2	-	-	7	Аудиторная работа
Посттравматическое стрессовое расстройство	7	-	-	2	-	7	Аудиторная работа
Шоковая травма	11	2	-	2	-	9	Аудиторная работа
Суицидальное поведение	11	2	2	2	-	9	Аудиторная работа
Переживание утраты	7	-	-	2	-	7	Аудиторная работа
Экстренная психологическая помощь	9	2	2	2	-	7	Аудиторная работа
Экстренная психологическая помощь в чрезвычайных ситуациях	9	2	2	2	-	7	Аудиторная работа
Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи	10	2	2	2	-	8	Аудиторная работа
Профессиональное здоровье специалиста	8	-	2	2	-	8	Аудиторная работа
Форма итогового контроля					-		Зачет
<b>ИТОГО</b>	<b>108</b>	<b>36</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>72</b>	
<b>Итого по дисциплине</b>	<b>108</b>	<b>36</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>-</b>	<b>72</b>	

## Содержание основных разделов и тем дисциплины

Дисциплина «Основы экстренной психологической помощи» обеспечивает образовательные интересы личности бакалавра, обучающегося по данной ОПОП.

Дисциплина удовлетворяет требования заказчиков выпускников университета по данной ОПОП в их готовности к практической деятельности.

### **Тема 1. Введение в дисциплину «Основы экстренной психологической помощи».**

Структура, содержание и методика изучения курса. Цель и задачи. Определение предмета, объекта, основных понятий экстремальной психологии. Понятия экстренной, чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации. Кризис. Влияние ЭС на человека.

### **Тема 2. Психология кризисной ситуации.**

Определение понятий «жизненный путь» и «событие». Подходы к пониманию. Понятие кризисной ситуации: ситуационный (Д. Доллард, Н. Э. Миллер, Л. Колб, Р. К. Питман, Д. Б. Уотсон, К.Л. Халл); субъективистский (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер, К. Хорни, Д. Келли, А. Эллис, К. Роджерс); интеракционистский (Дж. Роттер, А. Бандура, А. Маслоу, В. Франкл, Ф. Е. Василюк). Классификации кризисных ситуаций. Типы кризисных ситуаций. Влияние кризисной ситуации на жизнедеятельность личности. Особенности экстренной психологической помощи в кризисных ситуациях. Психогении в кризисных ситуациях. Стихийное массовое поведение людей в кризисных ситуациях.

**Тема 3. Стресс: история изучения и современные представления.** Общий адаптационный синдром Г. Селье. Стадии развития синдрома: стадия тревоги, стадия сопротивления, стадия истощения. Определение стресса. Кривая развития стрессовой ситуации. Факторы, влияющие на протекание стрессовой реакции. Понятие о стрессоустойчивости. История изучения понятия «стресс». Современные представления о влиянии стресса на человека. Природа возникновения стресса. Физиологические и психологические проявления. Механизмы стресса: стресс-реализующие системы и стресс-лимитирующие системы.

### **Тема 4. Психология стресса.**

Понятие психологического стресса. Психические стрессоры. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса. Виды (уровни) реакций человека на стресс. Эмоциональная реакция. Поведенческая реакция. Механизмы психологической защиты. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса. Позитивное влияние стресса на человека. Негативное влияние стресса на организм человека.

### **Тема 5. Посттравматическое стрессовое расстройство.**

Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Типы и формы травматических ситуаций и зависимости травматического стресса от различных типов травмирующих ситуаций. Посттравматические стрессовые реакции, состояния, изменения личности, немедленные и отдаленные последствия. Диагностические критерии ПТСР. Анализ методов психодиагностики ПТСР (опросник депрессивности Бека, Миссисипская шкала для оценки посттравматических реакций, Шкала оценки влияния травматического события, опросник Котенева, клиническое интервью и др.). Основные направления реабилитации посттравматического стрессового расстройства: образовательное, холистическое, социальное, терапевтическое. Этапы профессиональной помощи. Методы самопомощи.

### **Тема 6. Шоковая травма.**

Понятие шоковой травмы, основные симптомы. Принципы диагностики. Утрата «понятной» связи с травматическим событием, сложности диагностики. Принципы работы с лицами, пережившими шоковую травму: работа с «ядром» травмы; создание безопасного пространства; ориентация на телесные ресурсы. Схема работы с шоковой травмой: работа с актуальным состоянием; работа со страхами; ориентация на деятельность и общение; отвлечение и др. Специфика работы при большом латентном периоде. Особенности работы с детьми и подростками. Техники работы с шоковой травмой.

### **Тема 7. Суицидальное поведение.**

Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования. Основные теоретические концепции суицида (психопатологическая, психологическая, социологическая). Типы личностного смысла суицида. Распознавание суицидальной опасности. Факторы суицидального риска: социально-демографические, медицинские, биографические. Индикаторы суицидального поведения: ситуационные, поведенческие, коммуникативные, когнитивные, эмоциональные. «Сдерживающие» факторы (ресурсы решения проблемы). Определение степени суицидального риска. Психология переживания людей, перенесших самоубийство близкого человека. Консультирование суицидальных клиентов. Основные принципы работы по предотвращению суицида. Программа профилактики суицидального поведения, ее основные этапы и их характеристика. Профессиональная позиция при работе с суицидальным клиентом.

#### **Тема 8. Переживание утраты.**

Синдром утраты. Определения понятия горя, феноменология, динамика, модели горя: психодинамическая, горе как болезнь, горе как утрата привязанности (татчмент), горе как утрата личной свободы, когнитивная, стрессовая, социобиологическая. Острое горе как синдром с психологической и соматической симптоматикой. Стадии развития синдрома острого горя. Возрастные особенности переживания горя. Формы осложненного синдрома потери (хроническое горе, преувеличенное горе, маскированное горе, неожиданное, отставленное, отсутствующее горе). Потеря близкого человека, семейные кризисы и развод как утрата семьи. Уровни работы с горем. Основные принципы психологической работы при остром горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Особенности консультирования клиента, пережившего утрату.

#### **Тема 9. Экстренная психологическая помощь.**

Направления работы с различными группами пострадавших. Ведение информационно-разъяснительной работы. Общение с пострадавшими. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс. Помощь при страхе. Помощь при тревоге. Помощь при плаче. Помощь при истерике. Помощь при апатии. Помощь при чувстве вины или стыда. Помощь при двигательном возбуждении. Помощь при нервной дрожи. Помощь при гневе, злости, агрессии. Самопомощь при острых реакциях на стресс. Отсроченные реакции на травматический стресс. Переживание утраты.

#### **Тема 10. Экстренная психологическая помощь в чрезвычайных ситуациях.**

Виды экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него: экстренная «допсихологическая» помощь, психологическое сопровождение, эмоциональная поддержка; направление (ведение), управление; информирование; психологическое вмешательство (интервенция); выявление негативных социально-психологических механизмов (психическое заражение, паника, слухи) и управление ими (нейтрализация). Правовые основания и организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи в ЧС: определение группы риска, определение места оказания помощи, межведомственное взаимодействие.

#### **Тема 11. Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи.**

Определение экстренной психологической помощи. Организация экстренной психологической помощи. Этапы построения экстренной психологической помощи. Этические принципы специалиста при работе в экстренных ситуациях. Методы, применяемые при оказании экстренной психологической помощи. Психологическая диагностика при оказании экстренной психологической помощи.

#### **Тема 12. Профессиональное здоровье специалиста.**

Хронический стресс и профессиональное здоровье специалиста. Профессиональное здоровье и долголетие. Профессиональное становление. Профессионально-важные качества. Профессиональные деформации и деструкции. Синдром эмоционального выгорания. Факторы риска развития выгорания: объективные, субъективные, социально-психологические. Профилактика синдрома эмоционального выгорания. Система профилактики профессиональных деструкций. Методы и приемы саморегуляции.

## **Методические рекомендации по освоению дисциплины**

Основная задача университетов – подготовка специалистов к самостоятельной практической деятельности. В настоящее время к этому добавилось требование «профессиональной мобильности», т. е. способности изучать и осваивать новые области знаний. В связи с этим процесс обучения в вузах теперь все больше основывается на самостоятельности и творческой активности, как неременном условии успешного усвоения и овладения обширным и сложным программным материалом.

В связи с введением в образовательный процесс Федерального государственного образовательного стандарта все более актуальной становится задача организации самостоятельной работы студентов. Самостоятельная работа определяется как индивидуальная или коллективная учебная деятельность, осуществляемая без непосредственного руководства педагога, но по его заданиям и под его контролем.

Самостоятельная работа студентов является одной из основных форм внеаудиторной работы при реализации учебных планов и программ.

Самостоятельная работа – это познавательная учебная деятельность, когда последовательность мышления ученика, его умственных и практических операций и действий зависит и определяется самим студентом. Студент в процессе обучения должен не только освоить учебную программу, но и приобрести навыки самостоятельной работы. Студенту предоставляется возможность работать во время учебы более самостоятельно, чем обучающимся в средней школе. Студент должен уметь планировать и выполнять свою работу.

Самостоятельная работа является одним из видов учебной деятельности обучающихся, способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Самостоятельная работа проводится с целью:

- систематизации и закрепления полученных теоретических знаний и практических умений обучающихся;
- углубления и расширения теоретических знаний;
- формирования умений использовать специальную литературу;
- развития познавательных способностей и активности обучающихся: творческой инициативы, ответственности и организованности;
- формирования самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развития исследовательских умений.

Самостоятельная работа студентов способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

Этапы самостоятельной работы:

- осознание учебной задачи, которая решается с помощью данной самостоятельной работы;
- ознакомление с инструкцией о её выполнении;
- осуществление процесса выполнения работы;
- самоанализ, самоконтроль;
- проверка работ студента, выделение и разбор типичных преимуществ и ошибок.

Самостоятельная работа студентов является обязательным компонентом учебного процесса для каждого студента и определяется учебным планом. При определении содержания самостоятельной работы студентов следует учитывать их уровень самостоятельности и требования к уровню самостоятельности выпускников для того, чтобы за период обучения искомый уровень был достигнут. Так, удельный вес самостоятельной работы на очном отделении составляет до 50% от количества аудиторных часов, отведённых на изучение дисциплины, на заочном отделении количество часов, отведенных на освоение дисциплины, увеличивается до 90%.

Формы самостоятельной работы студентов определяются при разработке рабочих программ и учебных методических комплексов дисциплин содержанием учебной дисциплины. Согласно Положению об организации самостоятельной работы студентов на основании компетентностного подхода к реализации профессиональных образовательных программ, видами заданий для

самостоятельной работы являются:

- для овладения знаниями: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы), составление плана текста, графическое изображение структуры текста, конспектирование текста, выписки из текста, работа со словарями и справочниками, ознакомление с нормативными документами, учебно-исследовательская работа, использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернета и др.;

- для закрепления и систематизации знаний: работа с конспектом лекции, обработка текста, повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио и видеозаписей, составление плана, составление таблиц для систематизации учебного материала, ответ на контрольные вопросы, заполнение рабочей тетради, аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, конспект-анализ и др), завершение аудиторных практических работ и оформление отчётов по ним, подготовка мультимедиа сообщений/докладов к выступлению на семинаре (конференции), материалов-презентаций, подготовка реферата, составление библиографии, тематических кроссвордов, тестирование и др.;

- для формирования умений: решение задач и упражнений по образцу, решение вариативных задач, выполнение чертежей, схем, выполнение расчетов (графических работ), решение ситуационных (профессиональных) задач, подготовка к деловым играм, проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности, опытно экспериментальная работа, рефлексивный анализ профессиональных умений с использованием аудио- и видеотехники и др.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня умений студентов.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов может осуществляться в пределах времени, отведенного на обязательные учебные занятия по дисциплине и внеаудиторную самостоятельную работу студентов по дисциплине, может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

При изучении дисциплины «Основы экстренной психологической помощи» практикуются следующие виды и формы самостоятельной работы студентов:

- выполнение практических работ;
- подготовка докладов и информационных сообщений на заданные темы;
- подготовка и написание рефератов;
- создание материала-презентации;
- подготовка к устному опросу, к дискуссии;
- подготовка к тестированию;
- подготовка к письменной, контрольной работе, тестированию;
- решение ситуационной задачи;
- написание эссе по заданной теме и т.д.

Самостоятельная работа тесно связана с контролем (контроль также рассматривается как завершающий этап выполнения самостоятельной работы), при выборе вида и формы самостоятельной работы следует учитывать форму контроля.

Формы контроля при изучении дисциплины «Основы экстренной психологической помощи»:

- устный опрос;
- дискуссия;
- контрольная работа/письменная работа;
- научный доклад по теме реферата;
- презентация;
- ситуационные задачи;
- тестирование;
- реферат;

- эссе и др.

Самостоятельная работа проводится в виде подготовительных упражнений для усвоения нового, упражнений при изучении нового материала, упражнений в процессе закрепления и повторения, упражнений проверочных и контрольных работ, а также для самоконтроля.

Для организации самостоятельной работы необходимы следующие условия:

- готовность студентов к самостоятельному труду;
- наличие и доступность необходимого учебно-методического и справочного материала;
- консультационная помощь.

Самостоятельная работа может проходить в лекционной аудитории, учебной аудитории, компьютерном зале, библиотеке, дома. Самостоятельная работа тренирует волю, воспитывает работоспособность, внимание, дисциплину и т.д.

#### Организация и руководство аудиторной самостоятельной работы

Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданию.

Основными видами аудиторной самостоятельной работы являются:

- выполнение практических работ по инструкциям; работа с литературой и другими источниками информации, в том числе электронными;
- само- и взаимопроверка выполненных заданий;
- решение проблемных и ситуационных задач.

Выполнение практических работ осуществляется семинарских занятиях в соответствии с графиком учебного процесса. Для обеспечения самостоятельной работы преподавателями разрабатываются методические указания по выполнению практической работы.

Работа с литературой, другими источниками информации, в т.ч. электронными может реализовываться на семинарских и практических занятиях. Данные источники информации могут быть представлены на бумажном и/или электронном носителях, в том числе, в сети Internet. Преподаватель формулирует цель работы с данным источником информации, определяет время на проработку документа и форму отчетности.

Само- и взаимопроверка выполненных заданий чаще используется на семинарском, практическом занятии и имеет своей целью приобретение таких навыков как наблюдение, анализ ответов сокурсников, сверка собственных результатов с эталонами.

Решение проблемных и ситуационных задач используется на лекционном, семинарском, практическом и других видах занятий. Проблемная/ситуационная задача должна иметь четкую формулировку, к ней должны быть поставлены вопросы, ответы на которые необходимо найти и обосновать. Критерии оценки правильности решения проблемной/ситуационной задачи должны быть известны всем обучающимся и обсуждаются перед началом ее проведения.

#### Организация и руководство внеаудиторной самостоятельной работы

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия.

При предъявлении видов заданий на внеаудиторную самостоятельную работу рекомендуется использовать дифференцированный подход к уровню подготовленности обучающегося. Перед выполнением внеаудиторной самостоятельной работы преподаватель проводит консультацию с определением цели задания, его содержания, сроков выполнения, ориентировочного объема работы, основных требований к результатам работы, критериев оценки, форм контроля и перечня литературы. В процессе консультации преподаватель предупреждает о возможных типичных ошибках, встречающихся при выполнении задания.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, конкретной тематики самостоятельной работы, уровня сложности, уровня подготовленности обучающихся.

Видами заданий для внеаудиторной самостоятельной работы могут быть:

- для овладения знаниями: чтение текста (учебника, первоисточника, дополнительной литературы); составление плана текста; графическое изображение структуры текста;

конспектирование текста; выписки из текста; работа со словарями и справочниками; учебно-исследовательская работа; использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернет-ресурсов и др.;

– для закрепления и систематизации знаний: работа с конспектом лекции (обработка текста); повторная работа над учебным материалом (учебника, первоисточника, дополнительной литературы, аудио- и видеозаписей); составление плана и тезисов ответа; составление таблиц, ребусов, кроссвордов, глоссария для систематизации учебного материала; изучение словарей, справочников; ответы на контрольные вопросы; аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент-анализ и др.); подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции; подготовка рефератов, докладов; составление библиографии, заданий в тестовой форме и др.;

– для формирования умений: решение задач и упражнений по образцу; решение вариативных задач и упражнений; составление схем; решение ситуационных производственных (профессиональных) задач; подготовка к деловым и ролевым играм; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности; подготовка презентаций, творческих проектов; подготовка курсовых и выпускных работ; опытно-экспериментальная работа; проектирование и моделирование разных видов и компонентов профессиональной деятельности и др.

Для обеспечения внеаудиторной самостоятельной работы по дисциплине преподавателем разрабатывается перечень заданий для самостоятельной работы, который необходим для эффективного управления данным видом учебной деятельности обучающихся.

Преподаватель осуществляет управление самостоятельной работой, регулирует ее объем на одно учебное занятие и осуществляет контроль выполнения всеми обучающимися группы. Для удобства преподаватель может вести ведомость учета выполнения самостоятельной работы, что позволяет отслеживать выполнение минимума заданий, необходимых для допуска к итоговой аттестации по дисциплине.

В процессе самостоятельной работы студент приобретает навыки самоорганизации, самоконтроля, самоуправления и становится активным самостоятельным субъектом учебной деятельности.

Обучающийся самостоятельно определяет режим своей внеаудиторной работы и меру труда, затрачиваемого на овладение знаниями и умениями по каждой дисциплине, выполняет внеаудиторную работу по индивидуальному плану, в зависимости от собственной подготовки, бюджета времени и других условий.

Ежедневно обучающийся должен уделять выполнению внеаудиторной самостоятельной работы в среднем не менее 3 часов.

При выполнении внеаудиторной самостоятельной работы обучающийся имеет право обращаться к преподавателю за консультацией с целью уточнения задания, формы контроля выполненного задания.

Контроль результатов внеаудиторной самостоятельной работы студентов может проводиться в письменной, устной или смешанной форме с представлением продукта деятельности обучающегося. В качестве форм и методов контроля внеаудиторной самостоятельной работы могут быть использованы зачеты, тестирование, самоотчеты, контрольные работы, защита творческих работ и др.

#### Методические рекомендации по организации семинарских занятий

Семинар - вид учебных занятий, при котором в результате предварительной работы над программным материалом преподавателя и студентов, в обстановке их непосредственного и активного общения решаются задачи познавательного и воспитательного характера.

Цель такой формы обучения – углубленное изучение дисциплины, закрепление пройденного материала, овладение методологией научного познания. Немаловажным преимуществом семинаров является и формирование навыков профессиональной дискуссии. Кроме того, на таких занятиях можно легко проследить, как усвоен материал, какие вопросы и возражения появились у аудитории.

В учебно-воспитательном процессе семинарские занятия выполняют многообразные задачи, в

частности:

- стимулируют регулярное изучение программного материала, первоисточников научной литературы;
- закрепляют знания, полученные при прослушивании лекций и во время самостоятельной работы;
- обогащают знаниями благодаря выступлениям товарищей и преподавателя на занятии, корректируют ранее полученные знания;
- способствуют превращению знаний в твердые личные убеждения;
- прививают навыки устного выступления по теоретическим вопросам, приучают свободно оперировать понятиями и категориями;
- предоставляют возможность преподавателю систематически контролировать как самостоятельную работу студентов, так и свою работу.

На семинарских занятиях студенты и преподаватель объединяются в один общий процесс его подготовки и проведения. Для студентов главная задача состоит в том, чтобы усвоить содержание учебного материала темы, которая выносится на обсуждение, подготовиться к выступлению и дискуссии. Преподаватель помимо собственной подготовки к семинару должен оказать действенную методическую помощь студентам.

Преподаватель составляет рабочий план проведения семинара, в котором отражены следующие вопросы: цель занятия, темы докладов (сообщений) и литература для их подготовки, перечень дополнительных проблемных вопросов, задачи и упражнения, перечень используемых технических средств обучения.

Начинается семинар со вступительного слова преподавателя (5-7 мин.), в котором озвучивается тема семинара, обращается внимание на узловые проблемы для обсуждения, указывается порядок проведения занятия.

Важнейшей частью семинарского занятия является обсуждение вопросов или доклад. В зависимости от формы занятия преподаватель, сформулировав первый вопрос, предлагает выступить желающим или сделать сообщение, заранее подготовленное студентами. Эффективность семинара во многом зависит от содержания выступлений, докладов, рефератов студентов. Поэтому преподавателю важно определить к ним требования, которые должны быть достаточно четкими и в то же время не настолько регламентированными, чтобы сковывать творческую мысль студентов.

Порядок ведения семинара может быть самым разнообразным, в зависимости от его формы и тех целей, которые перед ним ставятся. Но в любом случае необходимо создавать на нем атмосферу творческой дискуссии, живого, заинтересованного обмена мнениями. Однако дискуссия не самоцель. Она полезна, если способствует глубокому усвоению обсуждаемого вопроса. В ходе семинара важно, чтобы студенты внимательно слушали и критически оценивали выступления товарищей. Руководителю семинара не следует сразу после выступления студента делать ему замечания. Лучше предоставить эту возможность самим участникам семинарского занятия.

Важным элементом семинарского занятия является заключительное слово преподавателя. Оно может быть как общим в конце семинара, так и частным - после обсуждения отдельного вопроса плана семинара. В заключительном слове в конце семинара преподаватель:

- 1) дает общую оценку занятия (уровень подготовленности обучаемых к семинару, активность участников, степень усвоения проблем);
- 2) осуществляет анализ и оценку выступлений, соблюдая при этом объективность и исключительную корректность;
- 3) кратко раскрывает вопросы, не получившие глубокого освещения на семинаре;
- 4) дает задание на дальнейшую работу.

Успешное проведение семинарских занятий во многом обусловлено выбором наиболее рациональной формы их проведения.

#### Требования к выступлениям студентов

Одним из условий, обеспечивающих успех семинарских занятий, является совокупность определенных конкретных требований к выступлениям, докладам, рефератам студентов. Эти

требования должны быть достаточно четкими и в то же время не настолько регламентированными, чтобы сковывать творческую мысль, насаждать схематизм.

Перечень требований к любому выступлению студента примерно таков:

- связь выступления с предшествующей темой или вопросом;
- раскрытие сущности проблемы;
- методологическое значение для научной, профессиональной и практической деятельности.

Важнейшие требования к выступлениям студентов – самостоятельность в подборе фактического материала и аналитическом отношении к нему, умение рассматривать примеры и факты во взаимосвязи и взаимообусловленности, отбирать наиболее существенные из них.

Приводимые участником семинара примеры и факты должны быть существенными, по возможности перекликаться с направленностью (профилем) обучения. Примеры из области наук, близких к будущей специальности студента, из сферы познания, обучения поощряются руководителем семинара. Выступление студента должно соответствовать требованиям логики. Четкое вычленение излагаемой проблемы, ее точная формулировка, неукоснительная последовательность аргументации именно данной проблемы, без неоправданных отступлений от нее в процессе обоснования, безусловная доказательность, непротиворечивость и полнота аргументации, правильное и содержательное использование понятий и терминов.

Порядок ведения семинара может быть самым разнообразным, в зависимости от его формы и тех целей, которые перед ним ставятся.

Обычно имеет место следующая последовательность:

- а) выступление (доклад) по основному вопросу;
- б) вопросы к выступающему;
- в) обсуждение содержания доклада, его теоретических и методических достоинств и недостатков, дополнения и замечания по нему;
- г) заключительное слово докладчика;
- д) заключение преподавателя.

Разумеется, это лишь общая схема, которая может включать в себя развертывание дискуссии по возникшему вопросу и другие элементы.

При реферативно-докладной форме семинара первыми получают слово ранее намеченные докладчики, а при развернутой беседе - желающие выступить. Принцип добровольности выступления сочетается с вызовом студентов. Остальным желающим выступить по основному вопросу, чтобы не погасить у них интереса к семинару, можно посоветовать быть готовыми для анализа выступлений товарищей по группе, для дополнений и замечаний.

Желательно, чтобы студент излагал материал свободно.

Преподавателю, по возможности не следует прерывать выступление студента своими замечаниями и комментариями. Допустима тактичная поправка неправильно произнесенного слова, ошибочного ударения и т. п. Если далее выступающий допустил ошибки, гораздо лучше, если не сам преподаватель, а другие участники семинара первыми сделают ему соответствующее замечание.

Обстановка в аудитории во время выступления докладчика находится постоянно в сфере внимания руководителя семинара. Добиваясь внимательного и аналитического отношения студентов к выступлениям товарищей, руководитель семинара заранее ставит их в известность, что содержательный анализ выступления, доклада или реферата он оценивает так же высоко, как и выступление с хорошим докладом.

Вопросы к докладчику задают, прежде всего, студенты, а не преподаватель, в чем их следует поощрять. Необходимо требовать, чтобы вопросы, задаваемые студентам, были существенны, связаны с темой, точно сформулированы. Вопросам преподавателя обычно присущи следующие требования:

- ясность и четкость формулировок, определенность границ, весомость смысловой нагрузки;
- уместность постановки вопроса в данный момент, острота его звучания в сложившейся ситуации, пробуждающая живой интерес студенческой аудитории;

- вопросы должны быть посильными для студентов.

По своему характеру вопросы бывают уточняющими, наводящими, встречными; другая категория вопросов, например, казусных, может содержать предпосылки различных суждений, быть примером или положением, включающим кажущееся или действительное противоречие.

Уточняющие вопросы имеют своей целью заставить студента яснее высказать мысль, четко и определенно сформулировать ее, чтобы установить, оговорился ли он или имеет место неверное толкование проблемы. Ответ позволяет преподавателю принять правильное решение: исправленная оговорка снимает вопрос, ошибочное мнение выносится на обсуждение участников семинара, но без подчеркивания его ошибочности.

Наводящие или направляющие вопросы имеют своей задачей ввести полемику в нужное русло, помешать нежелательным отклонениям от сути проблемы. Важно, чтобы такие вопросы приоткрывали новые сферы приложения высказанных положений, расширяли мыслительный горизонт студентов. Наводящие вопросы на вузовском семинаре являются редкостью и ставятся лишь в исключительных случаях.

Встречные вопросы содержат требования дополнительной аргументации, а также формально-логического анализа выступления или его отдельных положений. Цель таких вопросов – формирование у студентов умения всесторонне и глубоко обосновывать выдвигаемые положения, способности обнаруживать логические ошибки, обусловившие неубедительность или сомнительность вывода.

Казусные вопросы предлагаются студенту или всей группе в тех случаях, когда в выступлении, докладе проблема освещена в общем-то верно, но слишком схематично, все кажется ясным и простым (хотя подлинная глубина проблемы не раскрыта) и в аудитории образуется «вакуум-интересов». Возникает необходимость показать, что в изложенной проблеме не все так просто, как это может показаться. По возможности, опираясь на знания, уже известные студентам, преподаватель найдет более сложный аспект проблемы и вынесет его на обсуждение в виде вопроса. Цель таких вопросов в том, чтобы сложное, противоречивое явление реальной действительности, содержащее в себе предпосылки для различных суждений, было осмыслено студентами в свете обсужденной теоретической проблемы, чтобы студент научился мыслить шире и глубже.

Вопрос может быть поставлен в чисто теоретическом плане, но могут быть упомянуты и конкретные случаи, события, по возможности близкие или хорошо известные участникам семинара, и предоставлена возможность самим комментировать их в плане теоретической проблемы, обсуждаемой на семинаре.

Вопросы, преследующие создание «ситуации затруднений», обычно представляют собой две-три противоречащих друг другу формулировки, из которых необходимо обнаружить и обосновать истинную, или же берется высказывание какого-либо автора (без указания его фамилии) для анализа. В основном характер таких вопросов совпадает с постановкой задач на самостоятельность мышления.

#### Методические рекомендации по выполнению лабораторно-практических работ

Лабораторная работа - это проведение студентами по заданию преподавателя или по инструкции опытов с использованием приборов, применением инструментов и других технических приспособлений, т.е. это изучение каких-либо объектов, явлений с помощью специального оборудования.

Практическая работа проводится после лекций, и носят разъясняющий, обобщающий и закрепляющий характер. Они могут проводиться не только в аудитории, но и за пределами учебного заведения.

В ходе лабораторно-практических работ студенты воспринимают и осмысливают новый учебный материал. Практические занятия носят систематический характер, регулярно следуя за каждой лекцией или двумя-тремя лекциями.

Лабораторно-практические работы выполняются согласно графика учебного процесса и самостоятельной работы студентов по дисциплине. При этом соблюдается принцип индивидуального выполнения работ.

Каждый студент ведет рабочую тетрадь, оформление которой должно отвечать требованиям,

основные из которых следующие:

- на титульном листе указывают предмет, курс, группу, подгруппу, фамилию, имя, отчество студента; каждую работу нумеруют в соответствии с методическими указаниями, указывают дату выполнения работы;
- полностью записывают название работы, цель и принцип метода, кратко характеризуют ход эксперимента и объект исследования;
- при необходимости приводят рисунок установки; результаты опытов фиксируют в виде рисунков с обязательными подписями к ним, а также таблицы или описывают словесно (характер оформления работы обычно указан в методических указаниях к самостоятельным работам);
- в конце каждой работы делают вывод или заключение, которые обсуждаются при подведении итогов занятия.

Все первичные записи необходимо делать в тетради по ходу эксперимента.

Проведение лабораторно-практических работ включает в себя следующие этапы:

- постановку темы занятий и определение задач лабораторно-практической работы;
- определение порядка лабораторно-практической работы или отдельных ее этапов;
- непосредственное выполнение лабораторной/практической работы студентами и контроль за ходом занятий и соблюдением техники безопасности;
- подведение итогов лабораторно-практической работы и формулирование основных выводов.

При подготовке к лабораторным занятиям необходимо заранее изучить методические рекомендации по его проведению. Обратит внимание на цель занятия, на основные вопросы для подготовки к занятию, на содержание темы занятия.

Лабораторное занятие проходит в виде диалога – разбора основных вопросов темы. Также лабораторное занятие может проходить в виде показа презентаций, демонстративного материала (в частности плакатов, слайдов), которые сопровождаются беседой преподавателя со студентами.

Студент может сдавать лабораторно-практическую работу в виде написания реферата, подготовки слайдов, презентаций и последующей защиты его, либо может написать конспект в тетради, ответив на вопросы по заданной теме. Ответы на вопросы можно сопровождать рисунками, схемами и т.д. с привлечением дополнительной литературы, которую следует указать.

Для проверки академической активности и качества работы студента рабочую тетрадь периодически проверяет преподаватель.

#### *Методические рекомендации по выполнению рефератов*

Реферат предусматривает углубленное изучение дисциплины, способствует развитию навыков самостоятельной работы с литературными источниками.

Реферат – краткое изложение в письменном виде содержания научного труда по предоставленной теме. Это самостоятельная научно-исследовательская работа, где студент раскрывает суть исследуемой проблемы с элементами анализа по теме реферата. Приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на проблемы темы реферата. Содержание реферата должно быть логичным, изложение материала носить проблемно-тематический характер.

#### *Требования к оформлению реферата*

Объем реферата может колебаться в пределах 15-20 печатных страниц. Основные разделы: оглавление (план), введение, основное содержание, заключение, список литературы.

Текст реферата должен содержать следующие разделы:

- титульный лист с указанием: названия ВУЗа, кафедры, темы реферата, ФИО автора и ФИО преподавателя.
- введение, актуальность темы.
- основной раздел.
- заключение (анализ результатов литературного поиска); выводы.
- Библиографическое описание, в том числе и интернет-источников, оформленное по ГОСТ 7.1 – 2003; 7.80 – 2000.
- Список литературных источников должен иметь не менее 10 библиографических названий,

включая сетевые ресурсы.

Текстовая часть реферата оформляется на листе следующего формата:

- отступ сверху – 2 см; отступ слева – 3 см; отступ справа – 1,5 см; отступ снизу – 2,5 см;
- шрифт текста: Times New Roman, высота шрифта – 14, пробел – 1,5;
- нумерация страниц – снизу листа. На первой странице номер не ставится.

Реферат должен быть выполнен грамотно с соблюдением культуры изложения. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу, включая периодическую литературу за последние 5 лет).

Критерии оценки реферата:

- актуальность темы исследования;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала;
- правильность и полнота разработки поставленных вопросов;
- значимость выводов для дальнейшей практической деятельности;
- правильность и полнота использования литературы;
- соответствие оформления реферата стандарту;
- качество сообщения и ответов на вопросы при защите реферата.

#### Методические рекомендации по написанию эссе

Эссе в данном контексте представляет собой письменное рассуждение студента по определенной теме практического занятия (семинара). Главным критерием оценивания является оригинальность, то есть это 60-70% метатекст. Также, к эссе предъявляются и другие требования:

- адекватное программе знание темы, по которой пишется эссе (осмысленное использование теоретических понятий, терминов, обобщений, идей);
- умение использовать необходимую и достаточную аргументацию, не выходя за рамки поставленного вопроса;
- понимание требований и объема вопроса (умение, держась в рамках вопроса, раскрыть его сущность);
- навыки письменной презентации материала (владение терминологией);
- навыки организации материала (грамотное композиционное построение, логичность и четкость структуры, приведение связанных и убедительных аргументов, навыки письменного обобщения, обсуждения и объяснения, сравнения и противопоставления).

Объем эссе – печатный текст не менее 5 тысяч знаков (без пробелов). Эссе должно быть сдано в электронном виде

#### Методические указания к выполнению контрольной работы/письменной работы

Контрольная работа/письменная работа (далее - работа) является одной из составляющих учебной деятельности студента. К ее выполнению необходимо приступить только после изучения тем разделов дисциплины «Основы экстренной психологической помощи».

Целью работы является определения качества усвоения лекционного материала и части дисциплины, предназначенной для самостоятельного изучения.

Задачи, стоящие перед студентом при подготовке и написании работы:

1. закрепление полученных ранее теоретических знаний;
2. выработка навыков самостоятельной работы;
3. выяснение подготовленности студента к будущей практической работе.

Работы выполняются студентами в аудитории, под наблюдением преподавателя. Тема работы известна и проводится она по сравнительно недавно изученному материалу.

Преподаватель готовит задания либо по вариантам, либо индивидуально для каждого студента. По содержанию работа может включать теоретический материал, задачи, тесты, расчеты и т.п. выполнению контрольной работы предшествует инструктаж преподавателя.

Ключевым требованием при подготовке работы выступает творческий подход, умение обрабатывать и анализировать информацию, делать самостоятельные выводы, обосновывать целесообразность и эффективность предлагаемых рекомендаций и решений проблем, четко и

логично излагать свои мысли. Подготовку работы следует начинать с повторения соответствующего раздела учебника, учебных пособий по данной теме и конспектов лекций.

#### Методические рекомендации по созданию презентаций

**Создание материалов-презентаций** – это вид самостоятельной работы студентов по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint.

Этот вид работы требует координации навыков студента по сбору, систематизации, переработке информации, оформления ее в виде подборки материалов, кратко отражающих основные вопросы изучаемой темы, в электронном виде. То есть создание материалов-презентаций расширяет методы и средства обработки и представления учебной информации, формирует у студентов навыки работы на компьютере.

Презентации готовятся студентом в виде слайдов с использованием программы Microsoft PowerPoint.

#### *Роль студента:*

- изучить материалы темы, выделяя главное и второстепенное;
- установить логическую связь между элементами темы;
- представить характеристику элементов в краткой форме;
- выбрать опорные сигналы для акцентирования главной информации и отобразить в структуре работы;
- оформить работу и предоставить к установленному сроку.

#### *Критерии оценки:*

- соответствие содержания теме;
- правильная структурированность информации;
- наличие логической связи изложенной информации;
- эстетичность оформления, его соответствие требованиям;
- работа представлена в срок.

#### *Не рекомендуется:*

- перегружать слайд текстовой информацией;
- использовать блоки сплошного текста;
- в нумерованных и маркированных списках использовать уровень вложения глубже двух;
- использовать переносы слов;
- использовать наклонное и вертикальное расположение подписей и текстовых блоков;
- текст слайда не должен повторять текст, который выступающий произносит вслух (зрители прочитают его быстрее, чем расскажет выступающий, и потеряют интерес к его словам).

#### *Примерные требования к оформлению презентации*

##### Оформление слайдов

Стиль	- Соблюдайте единый стиль оформления. - Избегайте стилей, которые будут отвлекать от самой презентации. - Вспомогательная информация (управляющие кнопки) не должны преобладать над основной информацией (текст, рисунки).
Фон	- Для фона выбирайте более холодные тона (синий или зеленый).
Использование цвета	На одном слайде рекомендуется использовать не более трех цветов: один для фона, один для заголовков, один для текста. - Для фона и текста используйте контрастные цвета. - Обратите особое внимание на цвет гиперссылок (до и после использования).

Анимационные эффекты	Используйте возможности компьютерной анимации для представления информации на слайде. - Не стоит злоупотреблять различными анимационными эффектами, они не должны отвлекать внимание от содержания информации на слайде.
----------------------	---

*Рекомендуется:*

- сжатость и краткость изложения, максимальная информативность текста: короткие тезисы, даты, имена, термины – главные моменты опорного конспекта;
- использование коротких слов и предложений, минимум предлогов, наречий, прилагательных;
- использование нумерованных и маркированных списков вместо сплошного текста;
- использование табличного (матричного) формата предъявления материала, который позволяет представить материал в компактной форме и наглядно показать связи между различными понятиями;
- выполнение общих правил оформления текста;
- тщательное выравнивание текста, буквиц, маркеров списков;
- горизонтальное расположение текстовой информации, в т.ч. и в таблицах;
- каждому положению, идее должен быть отведен отдельный абзац текста;
- основную идею абзаца располагать в самом начале – в первой строке абзаца (это связано с тем, что лучше всего запоминаются первая и последняя мысли абзаца);
- идеально, если на слайде только заголовок, изображение (фотография, рисунок, диаграмма, схема, таблица и т.п.) и подпись к ней.

*Представление информации*

Содержание информации	- Используйте короткие слова и предложения. - Минимизируйте количество предлогов, наречий, прилагательных. - Заголовки должны привлекать внимание аудитории.
Расположение информации на странице	- Предпочтительно горизонтальное расположение информации. - Наиболее важная информация должна располагаться в центре экрана. - Если на слайде располагается картинка, надпись должна располагаться под ней.
Шрифты	- Для заголовков - не менее 24. - Для информации - не менее 18. - Шрифты без засечек легче читать с большого расстояния. - Нельзя смешивать разные типы шрифтов в одной презентации. - Для выделения информации следует использовать жирный шрифт, курсив или подчеркивание. - Нельзя злоупотреблять прописными буквами (они читаются хуже строчных букв).
Способы выделения информации	Следует использовать: - рамки, границы, заливку; - разные цвета шрифтов, штриховку, стрелки; - рисунки, диаграммы, схемы для иллюстрации наиболее важных фактов

Объем информации	- Не стоит заполнять один слайд слишком большим объемом информации: люди могут одновременно запомнить не более трех фактов, выводов, определений. - Наибольшая эффективность достигается тогда, когда ключевые пункты отображаются по одному на каждом отдельном слайде.
Виды слайдов	Для обеспечения разнообразия следует использовать разные виды слайдов: с текстом; с таблицами; с диаграммами.

#### Формы промежуточного, рубежного и итогового контроля

По дисциплине «Основы экстренной психологической помощи» предусмотрены следующие формы контроля знания студентов:

1. Текущий контроль проводится систематически с целью установления уровня овладения студентами материалом. В течение семестра в соответствии с программой курса выполняются практические работы и проводится опрос студентов по каждой теме.

2. Промежуточный контроль проводится с целью определения качества усвоения лекционного материала и части дисциплины, предназначенной для самостоятельного изучения. Наиболее эффективным является его проведение в письменной форме в виде рефератов и тестовых заданий, составленных по разделам дисциплины с использованием специального программного обеспечения.

Отвечая на тесты, студенты смогут в предельно сжатые сроки систематизировать знания, приобретенные в процессе изучения дисциплины, сосредоточить свое внимание на основных понятиях, сформулировать примерную структуру ответов на важные экзаменационные вопросы.

Промежуточный контроль включает в себя прохождение процедуры зачета. Зачет может проводиться как в форме собеседования по ориентировочным вопросам к разделу дисциплины, так и в форме теста соответствующему разделу дисциплины.

Рубежный контроль: проводятся контрольные работы по определенным темам разделов дисциплины. Результаты контрольных работ фиксируются преподавателем.

3. Итоговый контроль. Для контроля усвоения данной дисциплины предусмотрен экзамен, на котором студентам необходимо ответить на вопросы экзаменационных билетов. Оценка по экзамену является итоговой по курсу и проставляется в приложении к диплому.

#### Методические рекомендации по подготовке к экзамену

Форма экзамена: ответ на вопросы по билетам. К экзамену допускаются студенты, которые систематически, в течение всего семестра работали на занятиях и показали уверенные знания по вопросам, выносившимся на групповые занятия. Непосредственная подготовка к экзамену осуществляется по вопросам, представленным в данной рабочей программе дисциплины. Необходимо тщательно изучить формулировку каждого вопроса, вникнуть в его суть, составить план ответа. Обычно план включает в себя:

- показ теоретической и практической значимости рассматриваемого вопроса;
- обзор освещения вопроса в его историческом развитии;
- определение сущности рассматриваемого предмета;
- основные элементы содержания и структуры предмета рассмотрения;
- факторы, логика и перспективы эволюции предмета;
- показ роли и значения рассматриваемого материала для практической деятельности педагога.

План ответа желательно развернуть, приложив к нему ссылки на первоисточники с характерными цитатами. Необходимо отметить для себя пробелы в знаниях, которые следует ликвидировать в ходе подготовки, для чего следует обратиться за консультацией к преподавателю.

*Консультация* - это беседа преподавателя и студентов, в которой студенты могут получить разъяснения преподавателя по различным вопросам, связанным с учебным процессом и содержанием

учебной дисциплины. Консультация может проводиться индивидуально или с группой студентов.

### **Компоненты мониторинга учебных достижений**

#### **Перечень заданий для самостоятельной работы по дисциплине «Основы экстренной психологической помощи»**

1. Составление аналитического обзор по темам: «Экстренная психологическая помощь», «Экстренная психологическая помощь в чрезвычайных ситуациях», «Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи», «Профессиональное здоровье специалиста».
2. Решение ситуационных задач по темам: «Шоковая травма», «Суицидальное поведение».
3. Составление конспекта по предложенным темам: «Посттравматическое стрессовое расстройство».
4. Составление тезауруса по теме: «Переживание утраты».
5. Написание реферата.

#### **Примерный список рефератов:**

1. Вероятность экстремальной ситуации в деятельности как источник стресса.
2. Происхождение понятия «стресс», общая характеристика стресса.
3. Динамика развития стрессового состояния - временной и энергетический аспекты.
4. Кратковременный и пролонгированный воздействие стресс.
5. Дистресс и меры противодействия.
6. Синдром «экспедиционного бешенства» - причины, специфика и противодействие.
7. Психологический шок - специфика, действия психолога.
8. Реакция как этап переживания психологической травмы.
9. Анализ как конечный этап переработки психологической травмы.
10. Обучение противостоянию предполагаемым стрессорам - методы.

#### **Ориентировочные вопросы к зачету**

1. Раскройте осознаваемые компоненты психических состояний.
2. Дайте характеристику самооценке психических состояний и настроения.
3. Раскройте неосознаваемые компоненты психических состояний.
4. Дайте характеристику вегетативных проявлений психических состояний.
5. Опишите экспрессивный компонент психических состояний.
6. Дайте характеристику проективных методов изучения психических состояний.
7. Раскройте семантический дифференциал как способ оценки психических состояний.
8. Опишите особенности исследования депрессии, чувства одиночества.
9. Дайте характеристику методов исследования агрессивности.
10. Дайте характеристику методов исследования тревожности.
11. Раскройте особенности поведения лиц, страдающих ПТСР.
12. Раскройте особенности эмоциональной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством.
13. Раскройте особенности когнитивной сферы лиц, страдающих ПТСР.
14. Опишите стрессогенные факторы, вызванные экстремальной ситуацией.
15. Раскройте психические реакции при катастрофах.
16. Опишите стадии и динамику состояния людей после психотравмирующих ситуаций.
17. Опишите симптоматику экстремальной ситуации и основные способы экстренной психологической помощи.
18. Дайте характеристику кризисной интервенции как метода психологической помощи в кризисной ситуации.
19. Опишите дебрифинг как групповую форму кризисной интервенции и меру экстренной психологической помощи.
20. Опишите признаки суицидального поведения и оценка суицидального риска.
21. Раскройте основные принципы работы по предотвращению суицида.

22. Опишите психологические стратегии, направленные на снижение риска суицида.
23. Раскройте особенности консультирования суицидальных клиентов.
24. Опишите влияние на личность опыта столкновения со смертью.
25. Раскройте понятие и виды потери, картина острого горя.
26. Раскройте задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины.
27. Дайте характеристику терминальных состояний как предмета психологической работы.
28. Раскройте психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания).
29. Опишите ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Раскройте основные цель и задачи психотерапии ПСТР.
30. Раскройте особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР.
31. Раскройте особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий.
32. Дайте характеристику видов экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него: экстренная «допсихологическая» помощь, психологическое сопровождение, эмоциональная поддержка.
32. Дайте характеристику видов экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него: направление (ведение), управление, информирование.
33. Дайте характеристику видов экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него: психологическое вмешательство (интервенция), выявление негативных социально-психологических механизмов (психическое заражение, паника, слухи) и управление ими (нейтрализация).
34. Раскройте правовые основания и организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи в ЧС: определение группы риска, определение места оказания помощи, межведомственное взаимодействие.
35. Дайте характеристику травмотерапии как формы психологической помощи: цели, задачи, принципы.

### **Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине**

- 1) анализ и обработка результатов преподавания дисциплины и результатов контролей (промежуточного и итогового);
- 2) возможность пересмотра и внесение изменений в учебные, методические и организационные формы и методы преподавания дисциплины;
- 3) рассмотрение возможностей внесения пожеланий заказчиков в содержание и реализацию изучения дисциплины студентами (*портфель заказчика*);
- 4) формирование перечня рекомендаций и корректирующих мероприятий для оптимизации трехстороннего взаимодействия между студентами, преподавателями и потребителями выпускников основной профессиональной образовательной программы (ОПОП);
- 5) рекомендации и мероприятия по совершенствованию преподавания и изучения дисциплины.

## ТЕХНОЛОГИЧЕСКАЯ КАРТА РЕЙТИНГА ДИСЦИПЛИНЫ

Наименование дисциплины	Направление подготовки и уровень образования (бакалавриат) Наименование программы	Количество зачетных единиц
Психология	44.03.02 Психолого-педагогическое образование, Направленность (профиль) образовательной программы: Психология образования	3
<b>Смежные дисциплины по учебному плану</b>		
Предшествующие: дисциплины базовой части плана		
Последующие: дисциплины вариативной части плана		

ВХОДНОЙ КОНТРОЛЬ (проверка «остаточных» знаний по ранее изученным смежным дисциплинам)			
	Форма работы	Количество баллов 5 %	
		min	max
	Собеседование	<b>0</b>	<b>5</b>
<b>Итого</b>		<b>0</b>	<b>5</b>

БАЗОВЫЙ РАЗДЕЛ			
	Форма работы	Количество баллов 30 %	
		min	max
Текущая работа	Написание конспекта	<b>3</b>	<b>5</b>
	Доклад	<b>7</b>	<b>10</b>
	Разработка и защита мультимедийных презентаций	<b>10</b>	<b>15</b>
	Реферат	<b>5</b>	<b>8</b>
	Эссе	<b>5</b>	<b>7</b>
	Письменная работа (аудиторная)/практическая работа	<b>3</b>	<b>10</b>
	Решение ситуационных задач	<b>2</b>	<b>5</b>
Промежуточный рейтинг-контроль	Тестирование	<b>5</b>	<b>10</b>
<b>Итого</b>		<b>45</b>	<b>70</b>

ИТОГОВЫЙ РАЗДЕЛ			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 25 %	
		min	max
	Зачет	<b>15</b>	<b>25</b>
<b>Итого</b>		<b>15</b>	<b>25</b>

### Соответствие рейтинговых баллов и академической оценки:

<i>Общее количество набранных баллов</i>	<i>Академическая оценка</i>
<b>60 – 72</b>	<b>3 (удовлетворительно)</b>
<b>73 – 86</b>	<b>4 (хорошо)</b>
<b>87 – 100</b>	<b>5 (отлично)</b>
<b>Менее 60</b>	<b>Не зачтено</b>
<b>60 и более</b>	<b>Зачтено</b>

**Лист согласования рабочей программы дисциплины с другими дисциплинами  
образовательной программы  
на 2017/2018 учебный год**

Наименование дисциплин, изучение которых опирается на данную дисциплину	Кафедра	Предложения об изменениях в дидактических единицах, временной последовательности изучения и т.д.	Принятое решение (протокол №, дата) кафедрой, разработавшей программу

Заведующий кафедрой



Дубовик Е.Ю.

Председатель НМСН



Кухар М.А.

«06» сентября 2017 г.

**Карта литературного обеспечения дисциплины  
(включая электронные ресурсы)**

Основы экстренной психологической помощи

**для обучающихся основной профессиональной образовательной программы**

Бакалавриат, 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Психология образования/заочная форма обучения

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров/ точек доступа
<i>Основная литература</i>		
Айзман, Н.И. Психологические основы безопасности человека [Текст] : учебное пособие / Н. И. Айзман, Р. И. Айзман, С. М. Зиньковска, 2011. - 272 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	АНЛ(1)
<i>Дополнительная литература</i>		
Марина, И.Е. Психология экстремальной ситуации: методические рекомендации к спецкурсу/ сост. И. Е. Марина. - Красноярск: КГПУ им. В. П. Астафьева, 2009. - 40 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	ЧЗ(1), АНЛ(3), АУЛ(39)
Психология деятельности в экстремальных условиях: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ В. Н. Непопалов [и др.] ; ред. А. Н. Блеер. - М.: Академия, 2008. - 256 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	ЧЗ(1), АНЛ(3), ИМЦ ФФКиС(2), АУЛ(4)
Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учебное пособие/ Н. Г. Осухова. - 3-е изд., стер.. - М.: Академия, 2008. - 288 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	АНЛ(1), АУЛ(19)
Гуревич, П. С. Психология чрезвычайных ситуаций: учебное пособие/ П. С. Гуревич. - М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2007. - 494 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	АНЛ(3)
Осухова, Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений/ Н.Г. Осухова. - М.: Академия, 2005. - 288 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	ЧЗ(1), АНЛ(2), КБППД(2), АУЛ(10)
Антипов, В.В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям: монография/ В.В. Антипов. - М.: ВЛАДОС, 2004. - 174 с.	Научная библиотека КГПУ им. В.П. Астафьева	ИМРЦ ИППиУО(2)
<i>Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы</i>		
Рабочая программа дисциплины «Основы экстренной психологической помощи»	ЭБС КГПУ им. В.П. Астафьева	

*Ресурсы сети Интернет*

<u>JSTOR</u>	<a href="http://www.jstor.org">http://www.jstor.org</a>	
<u>ProQuest</u>	<a href="http://www.proquest.com">http://www.proquest.com</a>	
<u>Science Direct</u>	<a href="http://www.sciencedirect.com">http://www.sciencedirect.com</a>	
<u>Springer Link</u>	<a href="http://link.springer.com">http://link.springer.com</a>	
<u>EBSCO</u>	<a href="https://www.ebsco.com">https://www.ebsco.com</a>	
Крупнейшая база данных электронных книг: <u>ebrary</u>	<a href="http://www.ebrary.com/corp">http://www.ebrary.com/corp</a>	
<u>Library</u>	<a href="http://www.library.ru/">http://www.library.ru/</a>	
<u>Psycheya</u>	<a href="http://psycheya.ru/">http://psycheya.ru/</a>	

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в учебной программе на 2017/2018 учебный год

В учебную программу вносятся следующие изменения:

1. изменения в технологической карте рейтинга студента,
2. изменения в фонде оценочных средств дисциплины.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры "06" сентября 2017 г., протокол № 11

Внесённые изменения утверждаю

Заведующий кафедрой психологии



Е.Ю. Дубовик

Председатель НМСН



М.А. Кухар

«07» сентября 2017г.

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
им В.П. Астафьева»  
(КГПУ им В.П. Астафьева)

Институт психолого-педагогического образования

Кафедра психологии

УТВЕРЖДЕНО:

на заседании кафедры психологии  
Протокол №1 1 от «06» сентября 2017

Зав. кафедрой психологии  Е.Ю. Дубовик

ОДОБРЕНО:

на заседании НМСС(Н) ИППО  
Протокол № 6 от «06» сентября 2017 г.

Председатель НМСН ИППО  М.А. Кухар

**ФОНД  
ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ**

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации  
обучающихся

**Основы экстренной психологической помощи**

Направление подготовки

**44.03.02 Психолого-педагогическое образование**

Направленность (профиль) образовательной программы

**Психология образования**

Уровень образования

**Бакалавр**

## **1. Назначение фонда оценочных средств**

1.1. **Целью** создания ФОС дисциплины «Основы экстренной психологической помощи» является установление соответствия учебных достижений запланированным результатам обучения и требованиям основной профессиональной образовательной программы, рабочей программы дисциплины.

1.2. ФОС по дисциплине решает **задачи**:

- контроль и управление процессом приобретения аспирантами необходимых знаний, умений, навыков и уровня сформированности компетенций, определенных в ФГОС ВО по соответствующему направлению подготовки;

- контроль (с помощью набора оценочных средств) и управление (с помощью элементов обратной связи) достижением целей реализации ОПОП, определенных в виде набора общепрофессиональных компетенций выпускников;

- обеспечение соответствия результатов обучения задачам будущей профессиональной деятельности через совершенствование традиционных и внедрение инновационных методов обучения в образовательный процесс Университета.

1.3. ФОС разработан на основании нормативных **документов**:

- федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (уровень подготовки бакалавриат);

- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (уровень подготовки бакалавриат);

- Положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации обучающихся по образовательным программам высшего образования – программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре в федеральном государственном бюджетном образовательном учреждении высшего образования «Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева» и его филиалах.

## **2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе изучения дисциплины**

**2.1. Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины:**

а) общепрофессиональными:

способностью учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях (ОПК-1);

б) профессиональными:

способностью эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей (ПК-26).

## 2.2. Этапы формирования и оценивания компетенций

Компетенция	Этап формирования компетенции	Дисциплины, практики, участвующие в формировании компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/ КИМы	
				Номер	Форма
способность учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях (ОПК-1)	Ориентировочный	Профессиональная этика в психолого-педагогической деятельности	Текущий контроль успеваемости	2,3	Собеседование, письменная работа
	Когнитивный	Основы психологического консультирования	Текущий контроль успеваемости	4	Доклад
	Праксиологический	Учебная практика Производственная практика	Текущий контроль успеваемости	5,7	Мультимедийная презентация, решение ситуационных задач
	Рефлексивно-оценочный	Учебная практика Производственная практика	Промежуточная аттестация	1	Зачет
способность эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей (ПК-26)	Ориентировочный	Учебная практика	Текущий контроль успеваемости	9	Письменная работа
	Когнитивный	Учебная практика Производственная практика	Текущий контроль успеваемости	6,8	Эссе, реферат
	Праксиологический	Учебная практика Производственная практика	Текущий контроль успеваемости	10	Тестирование
	Рефлексивно-оценочный	Учебная практика Производственная практика	Промежуточная аттестация	1	Зачет

## 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонды оценочных средств включают: вопросы к зачету.

3.2. Оценочные средства

3.2.1. Оценочное средство вопросы к зачету

Критерии оценивания по оценочному средству 1 - вопросы к зачету

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87 - 100 баллов) отлично	(73 - 86 баллов) хорошо	(60 - 72 баллов)* удовлетворительно

ОПК-1 способность учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях	Обучающийся на высоком уровне учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях	Обучающийся на среднем уровне способен учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен учитывать общие, специфические закономерности и индивидуальные особенности психического и психофизиологического развития, особенности регуляции поведения и деятельности человека на различных возрастных ступенях
ПК-26 способность эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей	Обучающийся на высоком уровне способен эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей	Обучающийся на среднем уровне способен эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей	Обучающийся на удовлетворительном уровне способен эффективно взаимодействовать с педагогическими работниками образовательных организаций и другими специалистами по вопросам развития детей

\*Менее 60 баллов – компетенция не сформирована

#### 4. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости

4.1. Фонды оценочных средств включают: *собеседование, проверка, составление конспекта, проверка обзора литературных источников, проверка домашнего задания, проверка доклада, проверка вопросов-суждений, проверка решения ситуационных задач, проверка презентаций, эссе.*

##### 4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 2 – *собеседование*

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Ответ полный, обучающийся опирается на теоретические знания из педагогики и психологии	2
Аргументирует свою точку зрения	1
Ответ самостоятельный, при этом обучающийся предлагает несколько вариантов решений	2
Максимальный балл	5

##### 4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству 3 – *составление конспекта*

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Соответствие содержания конспекта тематике	2
Наличие структуры	1
Наличие логики	2
Максимальный балл	5

##### 4.2.3. Критерии оценивания по оценочному средству 4 – *доклад*

Критерии оценивания	Количество баллов
---------------------	-------------------

	(вклад в рейтинг)
Соответствие теме задания	1
Обоснованность цели и задач доклада	1
Правильность представленного предметного содержания	2
Развитие метапредметных и личностных образовательных результатов	2
Соответствие тематике	1
Степень вовлеченности	1
Оригинальность	2
Максимальный балл	10

4.2.5. Критерии оценивания по оценочному средству 5 – разработка и защита мультимедийных презентаций

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
соответствие содержания теме	3
правильная структурированность информации	3
наличие логической связи изложенной информации	3
эстетичность оформления, его соответствие требованиям	3
Оригинальность	3
Максимальный балл	15

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству 6 – эссе

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Соответствие содержания тематике	2
Наличие аргументации	2
Оригинальность (требование к наличию оригинальности 60-70% мататекста)	2
Соблюдение требований к объему	1
Максимальный балл	7

4.2.6. Критерии оценивания по оценочному средству 7 – решение ситуационных задач

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Формулирование проблемы	2
Вывод логичный, самостоятельный	3
Степень и уровень знания специальной литературы по проблеме	5
Наличие рекомендаций	5
Максимальный балл	15

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству 8 - реферат

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
соответствие содержания теме	1
правильная структурированность информации	1
наличие логической связи изложенной информации	1
эстетичность оформления, его соответствие требованиям	1
Оригинальность	1
соответствие содержания теме	1
правильная структурированность информации	1
Максимальный балл	7

4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству – 9 письменная (аудиторная) работа/ практическая работа

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Оригинальность суждений	1
Самостоятельность выводов	1
Наличие аргументации	2
Наличие теоретической обоснованности	2
Владение терминологией	2
Максимальный балл	7

4.2.4. Критерии оценивания по оценочному средству 10 – тестирование

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
Правильность выполненных заданий 75-100%	5
Правильность выполненных заданий 75-50%	3
Правильность выполненных заданий менее 50%	2
Максимальный балл	10

**5. Учебно-методическое и информационное обеспечение фондов оценочных средств** (литература; методические указания, рекомендации, программное обеспечение и другие материалы, использованные для разработки ФОС).

Зеер Э.Ф. Модернизация профессионального образования: компетентностный подход: учебное пособие / Э. Ф. Зеер, А. М. Павлова, Э. Э. Сыманюк. - М.: МПСИ, 2005. - 216 с.

**6. Оценочные средства для промежуточной аттестации**

**6.1. Ориентировочные вопросы к зачету по дисциплине «Основы экстренной психологической помощи»:**

1. Раскройте осознаваемые компоненты психических состояний.
2. Дайте характеристику самооценке психических состояний и настроения.
3. Раскройте неосознаваемые компоненты психических состояний.
4. Дайте характеристику вегетативных проявлений психических состояний.
5. Опишите экспрессивный компонент психических состояний.
6. Дайте характеристику проективных методов изучения психических состояний.
7. Раскройте семантический дифференциал как способ оценки психических состояний.
8. Опишите особенности исследования депрессии, чувства одиночества.
9. Дайте характеристику методов исследования агрессивности.
10. Дайте характеристику методов исследования тревожности.
11. Раскройте особенности поведения лиц, страдающих ПТСР.
12. Раскройте особенности эмоциональной сферы лиц, страдающих посттравматическим стрессовым расстройством.
13. Раскройте особенности когнитивной сферы лиц, страдающих ПТСР.
14. Опишите стрессогенные факторы, вызванные экстремальной ситуацией.
15. Раскройте психические реакции при катастрофах.
16. Опишите стадии и динамику состояния людей после психотравмирующих ситуаций.
17. Опишите симптоматику экстремальной ситуации и основные способы экстренной психологической помощи.
18. Дайте характеристику кризисной интервенции как метода психологической помощи в кризисной ситуации.

19. Опишите дебрифинг как групповую форму кризисной интервенции и меру экстренной психологической помощи.
20. Опишите признаки суицидального поведения и оценка суицидального риска.
21. Раскройте основные принципы работы по предотвращению суицида.
22. Опишите психологические стратегии, направленные на снижение риска суицида.
23. Раскройте особенности консультирования суицидальных клиентов.
24. Опишите влияние на личность опыта столкновения со смертью.
25. Раскройте понятие и виды потери, картина острого горя.
26. Раскройте задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины.
27. Дайте характеристику терминальных состояний как предмета психологической работы.
28. Раскройте психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания).
29. Опишите ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Раскройте основные цель и задачи психотерапии ПСТР.
30. Раскройте особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР.
31. Раскройте особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий.
32. Дайте характеристику видов экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него: экстренная «допсихологическая» помощь, психологическое сопровождение, эмоциональная поддержка.
32. Дайте характеристику видов экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него: направление (ведение), управление, информирование.
33. Дайте характеристику видов экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него: психологическое вмешательство (интервенция), выявление негативных социально-психологических механизмов (психическое заражение, паника, слухи) и управление ими (нейтрализация).
34. Раскройте правовые основания и организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи в ЧС: определение группы риска, определение места оказания помощи, межведомственное взаимодействие.
35. Дайте характеристику травмотерапии как формы психологической помощи: цели, задачи, принципы.

## **7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

**7.1. Разработайте конспект.** Конспект включает: цель проблемы, оригинальность, основную идею:

Примерный перечень тематики конспектов:

Понятие кризисной ситуации, классификации кризисных ситуаций, типы кризисных ситуаций.

Стадии развития синдрома: стадия тревоги, стадия сопротивления, стадия истощения.

Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса.

Основные направления реабилитации посттравматического стрессового расстройства.

### **7.2. Сделайте доклады по темам:**

Ориентировочные темы докладов:

- Диагностические критерии ПТСР.
- Техники работы с шоковой травмой.
- Форма итогового контроля.
- Индикаторы суицидального поведения.
- Возрастные особенности переживания горя.
- Помощь при страхе.

- Этические принципы специалиста при работе в экстренных ситуациях.
  - Отсроченные реакции на травматический стресс.
  - Синдром эмоционального выгорания.
  - Стихийное массовое поведение людей в кризисных ситуациях.
- Механизмы психологической защиты.

### **7.3. Составьте мультимедийные презентации по темам:**

#### Ориентировочные темы для мультимедийных презентаций:

- Посттравматическое стрессовое расстройство.
- Современные представления о влиянии стресса на человека.
- Форма итогового контроля.
- Шоковая травма.
- Программа профилактики суицидального поведения, ее основные этапы и их характеристика.
- Определения понятия горя, феноменология, динамика, модели горя.
- Помощь при гневе, злости, агрессии.
- Правовые основания и организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи в ЧС.
- Психологическая диагностика при оказании экстренной психологической помощи.
- Хронический стресс и профессиональное здоровье специалиста.

### **7.3. Напишите эссе по тематике раздела дисциплины:**

#### Ориентировочные темы для эссе:

Роль экстренной помощи при техногенных катастрофах.

Экстренная психологическая помощь при переживании горя.

**7.4. Решение ситуационных задач** по выбранной самостоятельно теме. Составляющие: самостоятельность, правильность, практичность, точность.

#### Примерные ситуационные задачи

##### Ситуация 1

В результате ДТП погибла третиклассница Оля, подруга Настя. Машина пролетела мимо, чудом не задев саму Настю. Но собака девочки тоже попала под колеса машины. Прошло несколько дней после страшной аварии. Но Настя до сих пор слышит, как воеет под колесом ее четвероногий друг. Настя спрашивает у мамы, когда же она увидится с Олей.

Вопросы и задания:

Продумайте методы оказания экстренной психологической помощи Насте.

##### Ситуация 2

На пятый день после взрыва бытового газа в девятиэтажном доме, Катя проснулась среди ночи от собственного крика. Оглядевшись вокруг, она поняла, что находится в просторной комнате пансионата, куда ее привезли вместе с родителями и младшей сестрой. Вот уже несколько дней они живут здесь, пока решается вопрос об их дальнейшем расселении. От ее крика проснулась младшая сестра и сейчас она испуганно плакала. Катя не могла не думать о том, что соседний подъезд их дома обрушился, что ее две ее подруги - одноклассницы и их родители погибли пол обломками падающих перекрытий.

Вопросы и задания:

Расскажите, каким образом можно оказать экстренную психологическую помощь обеим девочкам?

#### Ситуация 3

Олеся вышла из вагона вместе с родителями на станции метро «Лубянка». За две минуты до этого, террористка привела в действие взрывное устройство. Олеся, покидая платформу, видела тела лежащих людей, слышала крики раненных. Она помнит, как родители бежали к эскалатору, таща ее за руки. Было трудно дышать от дыма и очень страшно, так как вокруг кричали и плакали люди.

Вопросы и задания:

Задачи оказания экстренной психологической помощи отличаются от задач оказания пролонгированной детям и подросткам. Покажите эту разницу на примере оказания помощи Олеся.

#### Ситуация 4

Друг Виктора Олег упал с крыши вагона едущей электрички, в результате чего погиб. Виктора спасло чудо. Его нога застряла в углублении, не дав ему упасть. С момента ЧС прошел 1 день. Виктор находится дома, но он заперся в своей комнате. На уговоры мамы дверь не открывает. Говорит ей сквозь дверь, что жить не хочется.

Вопросы и задания:

Простройте работу по оказанию экстренной психологической помощи Виктору при суицидальном поведении.

#### Ситуация 5

Лед затрещал, и соседский мальчишка молча провалился в полынью. Вода колыхнулась и сдвинулась над его головой. Многие не сразу заметили это, но те, кто видел, какое-то время стояли не в силах сдвинуться с места. Было тихо, вода в полынью была темная, страшная, она как будто магнитом притягивала взгляды стоявших мальчишек. Ивану кажется, что он кричал... Казалось, что прошло очень много времени, пока его не оттащили в безопасное место. Он был растерян, оглушен произошедшем. Разговоры взрослых... Плач мамы... Теплая постель... Молоко... В пелене сна или яви плескалась темная и безмолвная вода.

Вопросы и задания:

Расскажите, каким образом можно оказать психологическую помощь подростку, каким образом, чувство вины за неоказание своевременной помощи, переживаемое им, может влиять на ухудшение его психологического состояния?

#### Примерный список рефератов:

1. Вероятность экстремальной ситуации в деятельности как источник стресса.
2. Происхождение понятия «стресс», общая характеристика стресса.
3. Динамика развития стрессового состояния - временной и энергетический аспекты.
4. Кратковременный и пролонгированный воздействие стресс.
5. Дистресс и меры противодействия.
6. Синдром «экспедиционного бешенства» - причины, специфика и противодействие.
7. Психологический шок - специфика, действия психолога.
8. Реакция как этап переживания психологической травмы.
9. Анализ как конечный этап переработки психологической травмы.
10. Обучение противостоянию предполагаемым стрессорам - методы.

### **7.7. Письменная (аудиторная)/практическая работа по разделам дисциплины**

#### Примерная практическая аудиторная работа:

Задание 1.

Существуют различные определения посттравматических стрессовых расстройств. Проведите их сравнительный анализ. Зафиксируйте результаты в таблице.

Задание 2.

Найдите информацию об организациях, которые оказывают поддержку жертвам насилия (в г. Красноярске, Красноярском крае, России). Подготовьте «карманные справочники» с указанием адресов и телефонов. Представьте работу в группе.

Задание 3.

Демонстрационная сессия.

Цель – смоделировать взаимодействие психолога-консультанта клиентом, переживающим потерю; потренировать навыки консультирования клиента в кризисном состоянии.

Описание: ведущий моделирует клиента, переживающего потерю. Одиными несколько человек из группы выступают в качестве консультанта.

Время: сессия – 20-30 минут (в зависимости от готовности группы); обсуждение и анализ – 30-40 минут.

Задание 4.

Разработать программу психосаморегуляции и профилактической психогигиены психолога, работающего в экстремальных ситуациях и с кризисными состояниями.

Задание 5.

Провести самообследование по обсуждаемым методикам:

1. Методика «Духовный кризис»;
2. Методика «Психологическое благополучие личности»;
3. Опросник «Синдром эмоционального выгорания» В.Бойко (см.: Практикум по психологии состояний: Учебное пособие/ под ред. проф. 4. А.О.Прохорова. СПб.: Речь, 2004.);
5. Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору);
6. Опросник способов совладания (Адаптация методики WCQ);
7. Методика диагностики уровня социальной фрустрированности Л.И.Вассермана;
8. Методики на определение уровня тревожности;
9. Методика на выявление уровня агрессивности.

### **7.8. Пройдите тестирование по разделам дисциплины:**

*Примерные тестовые задания:*

1. Чрезвычайная ситуация какого характера оказывается, как правило, более травмирующей для человека при всех прочих равных условиях?
  - а) ЧС антропогенного характера;
  - б) ЧС социогенного характера;
  - в) ЧС природного характера;
  - г) ЧС эколого-биологического характера.
2. Каким ученым был выделен общий адаптационный синдром?
  - а) Л.С. Выготским;
  - б) З. Фрейдом;
  - в) Г. Селье;
  - г) Дж. Уотсоном.
3. Как называется фаза психической реакции при катастрофе, длящаяся от 3 до 6 месяцев, при которой выжившие испытывают сильное чувство гордости за то, что преодолели опасность, остались в живых, верят, что вскоре трудности будут разрешены?
  - а) Фаза «медового месяца»;
  - б) Героическая фаза;
  - в) Фаза разочарования;
  - г) Фаза восстановления.
4. При оказании экстренной психологической помощи в ситуации нервной дрожи нельзя:
  - а) Усиливать дрожь;
  - б) Обнимать пострадавшего, прижимать к себе;
  - в) Продолжать разговаривать с пострадавшим;

- г) После завершения дрожи укладывать пострадавшего спать.
5. Основными признаками апатии является:
- а) Растворженность, повышенная скорость реакции;
  - б) Мышечное напряжение;
  - в) Чрезмерное возбуждение;
  - г) Медленная, с длинными паузами, речь.
6. Как называется свойство толпы, заключающееся в том, что если она образовалась, то способна сравнительно легко переходить из одного вида в другой?
- а) Свойство превращаемости толпы;
  - б) Свойство обратного действия толпы;
  - в) Свойство транзитивности толпы;
  - г) Свойство согласованности подвидов толпы.
7. Стадия сопротивления в реакции на стрессовый раздражитель связана с:
- а) Включением избыточных эмоций;
  - б) Слишком высокой интенсивностью или продолжительностью воздействия стрессового фактора на человека;
  - в) Кратковременной встряской всего организма;
  - г) Нарастанием дезадаптивных реакций человека.
8. Посттравматическое стрессовое расстройство, как правило, возникает:
- а) Во время критического инцидента и сразу после него (до 2 суток);
  - б) В течение месяца после критического инцидента;
  - в) Спустя более 4 недель после критического инцидента;
  - г) Спустя несколько лет после критического инцидента.
9. Какой тип ПТСР характеризуется постоянным переживанием внутреннего недовольства, раздражения, вплоть до вспышек гнева и ярости, на фоне угнетенно- мрачного настроения?
- а) Дисфорический тип;
  - б) Соматоформный тип;
  - в) Дефензивный тип;
  - г) Астенический тип.
10. Флешбэк в ситуации ПТСР означает:
- а) Чувство безразличия к собственному прошлому, связанному с травмирующим событием;
  - б) Повторяющиеся и насильно прорывающиеся в сознание воспоминания о травмирующем событии;
  - в) Инсайт при разрешении проблемы, связанной с травмирующим событием;
  - г) Повышенное избегание воспоминаний о травмирующем событии.
11. Какой тип нервной системы относится к наиболее стрессоустойчивым?
- а) Слабая и инертная НС;
  - б) Сильная и подвижная НС;
  - в) Сильная и инертная НС;
  - г) Сильная и неуравновешенная НС.
12. Как называется тип поведения с завышенной мотивацией к успеху, склонностью к трудоголизму, нетерпеливостью, раздражительностью, духу соперничества, становящимися факторами риска болезней сердца?
- а) Тип А;
  - б) Тип В;
  - в) Тип С;
  - г) Тип D.
13. К симптомам действия норадреналина не относят:
- а) Активную мыслительную деятельность;
  - б) Заторможенность всех психических процессов;
  - в) Плохой сон;
  - г) Повышенную моторную активность.

14. К этапам нормального горевания не относится:

- а) Стадия шока;
- б) Стадия психосоматических состояний;
- в) Стадия агрессии;
- г) Стадия принятия произошедшего.

15. Переживание ребенком горя потери может быть облегчено за счет:

- а) Включения его собственных переживаний в переживания всей семьи;
- б) Некоторого отсрочивания момента, когда ребенку озвучивают случившуюся ситуацию;
- в) Частичного игнорирования эмоционального переживания ребенка для провоцирования более адекватного поведения;
- г) Активации воспоминаний ребенка о событиях до потери близкого.

16. Назовите симптом эмоционального выгорания, связанный с тем, что к профессионалу приходит ощущение, что эмоционально он уже не способен помогать субъектам своей деятельности, соучаствовать и сопереживать их ситуациям.

- а) Симптом деперсонализации;
- б) Симптом эмоционального дефицита;
- в) Симптом эмоционально- нравственной дезориентации;
- г) Симптом неадекватного избирательного реагирования.

17. Как называется прием оказания психологической помощи, при котором происходит перестройка стереотипного поведения за счет изменений речевых конструкций клиента?

- а) Прием рационализации;
- б) Прием реконструкции;
- в) Прием аффирмации;
- г) Прием якорения.

18. Экстренная помощь при тревоге не включает в себя:

- а) Усилия по поиску недостающей информации;
- б) Предоставление возможности человеку высказать свои переживания;
- в) Привлечение человека к физическому труду;
- г) Попытки отвлечь человека фразами «Не думай об этом», «Забудь случившееся».

19. Назовите основной подход в определении детерминант поведения человека в экстремальной ситуации:

- а) адаптационный;
- б) персонологический;
- в) личностно-ситуационный;
- г) биологический.

20. Начало представлений о психологии повседневной жизни заложил:

- а) Э. Эриксон;
- б) З. Фрейд;
- в) Ф.Е. Василюк;
- г) С.Л. Рубинштейн.

21. Назовите отличительный признак обыденной жизненной ситуации:

- а) периодичность;
- б) стагнация;
- в) реорганизация;
- г) типизация.

22. Ситуация обыденной жизни, объективно нарушающая жизнедеятельность человека, которую он не может преодолеть самостоятельно:

- а) экстремальная;
- б) трудная;
- в) обыденная;
- г) чрезвычайная.

23. Тип критической ситуации по Ф.Е. Василюку, возникающий вследствие неудовлетворенности основных жизненных потребностей:
- а) стресс;
  - б) кризис;
  - в) конфликт;
  - г) фрустрация.
24. Чрезвычайная ситуация это:
- а) внезапно возникающее исключительное событие в жизни общества, приводящее к гибели и травматизации большого количества людей, источник угрозы которого обезличен;
  - б) ситуация, приводящая к нарастанию нервно-психического напряжения вследствие невозможности ее самостоятельного преодоления, источником травматизации которой выступает другой человек;
  - в) ситуация, резко изменяющая образ жизни человека, вызывающая необходимость в выработке новых взглядов на жизнь и ценностно-смысловых ориентаций;
  - г) ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности, выработанных в предыдущие периоды жизни.
25. Особая форма деятельности, направленная на восстановление душевного равновесия, утраченной осмысленности существования (Ф.Е. Василюк):
- а) преодоление;
  - б) приспособление;
  - в) переживание;
  - г) внушение.
26. О каком понятии идет речь: «Система объективных и субъективных элементов, объединяющихся в жизнедеятельности субъекта в определенный временной период»:
- а) адаптация;
  - б) ситуация;
  - в) реорганизация;
  - г) стадия.
27. Психическое состояние по Ф.Е. Василюку, помогающее преодолеть кризис:
- а) напряжение;
  - б) переживание;
  - в) тревожность;
  - г) усталость.
28. Особенности личности, влияющие на восприятие ситуации как трудной жизненной по К. Роджерсу и В.Н. Мясищеву:
- а) пол;
  - б) мировоззрение;
  - в) принятие себя и Других, доверие себе;
  - г) локус контроля.
29. Форма психогении, вызываемая хронической травмой:
- а) реактивная депрессия;
  - б) аффективно-шоковый психоз;
  - в) невроз;
  - г) реактивный параноид.
30. Фаза развития адаптационного синдрома, заключающаяся в наступлении дистресса и ухудшении деятельности:
- а) фаза сопротивления;
  - б) фаза тревоги;
  - в) фаза истощения;
  - г) фаза раздражения.

31. Форма невроза, проявляющаяся в лабильности эмоций, неустойчивости настроения, повышении тревоги, расстройствах сна, разнообразных нарушениях вегетативной нервной системы:

- а) неврастения;
- б) истерия;
- в) невроз навязчивых состояний;
- г) ипохондрический невроз.

32. Условная граница параметров внешней среды, в том числе и социальной, за которыми адекватная адаптация невозможна:

- а) дезадаптация;
- б) адаптационный барьер;
- в) адаптационный синдром;
- г) адаптационный потенциал.

33. Экстремальная ситуация это:

- а) внезапно возникающее исключительное событие в жизни общества, приводящее к гибели и травматизации большого количества людей, источник угрозы которого обезличен;
- б) ситуация, приводящая к нарастанию нервно-психического напряжения вследствие невозможности ее самостоятельного преодоления, источником травматизации которой выступает другой человек;
- в) ситуация, резко изменяющая образ жизни человека, вызывающая необходимость в выработке новых взглядов на жизнь и ценностно-смысловых ориентаций;
- г) ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности, выработанных в предыдущие периоды жизни.

34. Основной прием дебрифинга:

- а) переструктурирование;
- б) внушение;
- в) убеждение;
- г) беседа.

35. Использование воли человека в ситуации, которая предполагает сконцентрированность и контроль над собой, это:

- а) психологическая защита;
- б) совладание;
- в) переживание;
- г) фрустрация.

36. Цель кризисной терапии:

- а) восстановление у клиента лучшего уровня адаптации;
- б) установление контакта с клиентом;
- в) побуждение клиента к высказыванию мыслей и чувств;
- г) снятие напряжения.

37. Перечислите активную форму совладания со стрессом:

- а) преодоление;
- б) приспособление;
- в) переживание;
- г) адаптация.

38. О какой стратегии совладания идет речь: «признание своей роли в порождение проблемы и в попытке не повторять прежних ошибок»:

- а) принятие ответственности;
- б) плановое решение проблемы;
- в) дистанцирование;
- г) избегание.

