

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

Кафедра педагогики и психологии начального образования

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

## **КРИЗИСНОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ**

Направление подготовки:  
44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
Направленность (профиль) образовательной программы  
Мастерство психологического консультирования  
Квалификация (степень) выпускника

МАГИСТР

Красноярск, 2018

Рабочая программа дисциплины «Кризисное консультирование» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры педагогики и психологии начального образования Сафоновой М.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования

протокол № 4 от 15 мая 2017 г.

Заведующий кафедрой



Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 6 от 23 мая 2017 г.

Председатель НМСС (Н)



Ю.Р. Юденко

Рабочая программа дисциплины «Кризисное консультирование» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры педагогики и психологии начального образования Сафоновой М.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования

протокол № 5 от 16 мая 2018 г.

Заведующий кафедрой



Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 6 от 23 мая 2018 г.

Председатель НМСС (Н)



И.В. Дуда

Рабочая программа дисциплины «Кризисное консультирование» составлена кандидатом психологических наук, доцентом кафедры педагогики и психологии начального образования Сафоновой М.В.

Рабочая программа дисциплины обсуждена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования

протокол № 5 от 08 мая 2019 г.

Заведующий кафедрой



Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 6 от 23 мая 2019 г.

Председатель НМСС (Н)



И.В. Дуда

## 1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

### 1.1. Место дисциплины в структуре образовательной программы.

Дисциплина «Кризисное консультирование» является обязательной дисциплиной вариативной части подготовки магистров по направлению «Психолого-педагогическое образование».

Дисциплина разработана согласно ФГОС ВО по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (уровень магистратуры, утвержденному приказом Минобрнауки России от 12 мая 2016 г. № 549; Федеральным законом «Об образовании в РФ» от 29.12.2012 № 273-ФЗ; профессиональными стандартами: «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 18 августа 2015 г., регистрационный № 38575), «Психолог в социальной сфере», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 18 ноября 2013 г. № 682н (зарегистрирован Министерством юстиции Российской Федерации 25 декабря 2013 г., регистрационный № 30840); нормативно-правовыми документами, регламентирующими образовательный процесс в КГПУ им. В.П. Астафьева (уровень магистратуры).

Дисциплина относится к обязательным дисциплинам вариативной части учебного плана, изучается на 2 курсе в 3 семестре, индекс дисциплины в учебном плане – Б1.В.02.01.

**1.2. Трудоемкость дисциплины** (общий объем времени, отведенного на изучение дисциплины) составляет 2 з.е. или 72 часа, из них 2 часа лекционных занятий, 16 часов семинарско-практических занятий и 45 часов самостоятельной работы, 9 часов – контроль усвоения дисциплины.

**1.3. Цель и задачи дисциплины «Экспертиза и проектирование психологически безопасной и развивающей среды».**

**Цель дисциплины:** освоение определенных видов и способов деятельности, необходимых для решения практических задач профессиональной помощи в кризисных ситуациях.

#### **Задачи:**

- Обеспечить осмысление магистрами их личностной и профессиональной позиции по отношению к помогающей деятельности в сфере преодоления кризисов.
- Сформировать этически адекватную позицию по отношению к контакту с кризисными клиентами.
- Способствовать приобретению теоретических знаний в области психологии кризисных и психотравмирующих ситуаций.
- Обеспечить получение опыта применения психотехнических приемов, обеспечивающих эффективную психологическую помощь пострадавшим.
- Сформировать навык рефлексивного анализа и обобщения опыта взаи-

модействия с клиентами (в условиях ролевой игры, имитационного моделирования).

- Сформировать представление об обеспечении психологической безопасности консультанта в процессе работы с пострадавшими (в аспекте профилактики выгорания).

#### 1.4. Основные разделы содержания.

1. Теория кризиса. Основы оказания психологической помощи в кризисных ситуациях.

2. Кризисное консультирование типовых проблем.

**1.5. Планируемые результаты обучения.** В результате изучения дисциплины магистр должен обладать следующими компетенциями:

ОК-2 – готовность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения;

ОПК-5 – способность проектировать и осуществлять диагностическую работу, необходимую в его профессиональной деятельности;

ПК-9 – способность консультировать педагогических работников, обучающихся по вопросам оптимизации образовательной деятельности;

ДПК-5 – способность консультировать обучающихся, находящихся в кризисном состоянии, по их психологическим проблемам;

ДПК-12 – способность консультировать обучающихся по проблемам самопознания, профессионального самоопределения, личностным проблемам, вопросам взаимоотношений в коллективе и другим вопросам.

Таблица 1. – Планируемые результаты обучения

Задачи освоения дисциплины	Планируемые результаты обучения по дисциплине (дескрипторы)	Код результата обучения (компетенция)
1. Обеспечить осмысление магистрами их личностной и профессиональной позиции по отношению к помогающей деятельности в сфере преодоления кризисов.	Знать: <ul style="list-style-type: none"> <li>• основы оказания помощи лицам, переживающим /пережившим кризис, как области профессиональной деятельности психолога;</li> </ul>	ОК-2; ДПК-5.
	Уметь: <ul style="list-style-type: none"> <li>• осознавать собственную ценностно-ориентационную позицию по отношению к помогающей деятельности;</li> <li>• ориентироваться в задачах и возможностях психолога, работающего с клиентами в кризисных ситуациях;</li> <li>• подходить к жизненным явлениям, к практическим задачам психологического консультирования с научных, профессиональных позиций.</li> </ul>	

	<p>Владеть навыками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• рефлексии своей профессио-нальной и личност-ной позиции.</li> </ul>	
2. Сформи-ровать этически адекватную по-зицию по отно-шению к кон-такту с кризис-ными клиента-ми.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• этические нормы и правила во взаимоотношении психолога-консультанта с клиентом;</li> <li>• особенности переживания кризисных ситуаций и его динамику;</li> <li>• основы оказания помощи лицам, переживающим/ пережившим кризис, как области профессиональной деятельности психолога.</li> </ul>	ОК-2; ДПК-5.
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• осознавать собственную ценностно-ориентационную позицию по отношению к помогающей деятельности;</li> <li>• руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе;</li> <li>• подходить к жизненным явлениям, к практическим задачам психологического консультирования с научных позиций.</li> </ul>	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• навыками рефлексии своей профессиональной и личностной позиции.</li> </ul>	
3. Способство-вать приобрете-нию теоретиче-ских знаний в области психоло-гии кризисных и психотравми-рующих ситуа-ций.	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• виды, типы кризисных ситуаций и причины их возникновения;</li> <li>• особенности переживания кризисных ситуаций и его динамику;</li> <li>• теоретико-методологические основы различных направлений работы с кризисными клиентами;</li> <li>• цели, задачи, принципы, структуру и компоненты, этапы и фазы процесса кризисного консультирова-ния;</li> <li>• виды, формы и методы кризисного консультиро-вания;</li> <li>• подходы к разрешению типовых проблем кризис-ного консультирования.</li> </ul>	ОК-2; ОПК-5; ПК-9; ДПК-5; ДПК-12.
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• самостоятельно работать с научной психологиче-ской литературой;</li> <li>• выполнять задания, предусмотренные дисципли-ной, связанные с практическими навыками деятель-ности психолога-консультанта;</li> <li>• ориентироваться в задачах и возможностях психоло-га, работающего с клиентами в кризисных ситуа-циях.</li> </ul>	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• навыками рефлексии своей профессиональной дея-тельности.</li> </ul>	
4. Обеспечить	<p>Знать:</p>	ОК-2;

<p>получение опыта применения психотехнических приемов, обеспечивающих эффективную психологическую помощь пострадавшим.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• виды, типы кризисных ситуаций и причины их возникновения;</li> <li>• особенности переживания кризисных ситуаций и его динамику;</li> <li>• теоретико-методологические основы различных направлений работы с кризисными клиентами;</li> <li>• цели, задачи, принципы, структуру и компоненты, этапы и фазы процесса кризисного консультирования;</li> <li>• виды, формы и методы кризисного консультирования;</li> <li>• подходы к разрешению типовых проблем кризисного консультирования.</li> </ul>	<p>ОПК-5; ПК-9; ДПК-5; ДПК-12.</p>
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• анализировать запрос и исходные данные о клиенте и проблеме (если таковые имеются);</li> <li>• планировать процесс консультативного, диагностического, терапевтического, реабилитационного или иного профессионального взаимодействия в соответствии с запросом и информацией о пострадавшем и его ситуации;</li> <li>• обоснованно подбирать и применять оптимальный арсенал психотехнических приемов;</li> <li>• подводить итоги работы с пострадавшим, соотнося полученный результат с первоначальным запросом;</li> <li>• завершать профессиональный контакт с клиентом, имеющим трудный жизненный опыт;</li> <li>• обладать готовностью и способностью к рефлексивному осмыслению опыта взаимодействия с пострадавшим;</li> <li>• руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе.</li> </ul>	
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• навыком установления контакта с клиентом, имеющим трудный жизненный опыт;</li> <li>• диагностическими методами и психотехническими приемами практической психологии;</li> <li>• способами определения длительности и эффективности процесса консультирования.</li> <li>• навыками рефлексии своей профессиональной деятельности.</li> </ul>	
<p>5. Сформировать навык рефлексивного анализа и обобщения опыта взаимодействия с клиентами (в условиях ролевой игры, имитационного модели-</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• этические нормы и правила во взаимоотношении психолога-консультанта с клиентом;</li> <li>• виды, типы кризисных ситуаций и причины их возникновения;</li> <li>• особенности переживания кризисных ситуаций и его динамику;</li> <li>• теоретико-методологические основы различных направлений работы с кризисными клиентами;</li> <li>• цели, задачи, принципы, структуру и компоненты,</li> </ul>	<p>ОК-2; ОПК-5; ПК-9; ДПК-5; ДПК-12.</p>

<p>рования).</p>	<p>этапы и фазы процесса кризисного консультирования;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• виды, формы и методы кризисного консультирования;</li> <li>• подходы к разрешению типовых проблем кризисного консультирования.</li> </ul> <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• ориентироваться в задачах и возможностях психолога, работающего с клиентами в кризисных ситуациях;</li> <li>• осознавать собственную ценностно-ориентационную позицию по отношению к помогающей деятельности;</li> <li>• руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе;</li> <li>• анализировать запрос и исходные данные о клиенте и проблеме (если таковые имеются);</li> <li>• планировать процесс консультативного, диагностического, терапевтического, реабилитационного или иного профессионального взаимодействия в соответствии с запросом и информацией о пострадавшем и его ситуации;</li> <li>• обоснованно подбирать и применять оптимальный арсенал психотехнических приемов;</li> <li>• подводить итоги работы с пострадавшим, соотнося полученный результат с первоначальным запросом;</li> <li>• завершать профессиональный контакт с клиентом, имеющим трудный жизненный опыт;</li> <li>• обладать готовностью и способностью к рефлексивному осмыслению опыта взаимодействия с пострадавшим;</li> <li>• руководствоваться этическими принципами, принятыми в профессиональном психологическом сообществе.</li> </ul> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• навыком установления контакта с клиентом, имеющим трудный жизненный опыт;</li> <li>• диагностическими методами и психотехническими приемами практической психологии;</li> <li>• способами определения длительности и эффективности процесса консультирования;</li> <li>• навыками рефлексии своей профессиональной деятельности.</li> </ul>	
<p>6. Сформировать представление об обеспечении психологической безопасности консультанта в</p>	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• иметь представление о причинах, проявлениях и возможностях преодоления синдрома эмоционального выгорания в помогающей деятельности;</li> <li>• основы обеспечения психологической безопасности консультанта в процессе работы с пострадавшими</li> </ul>	<p>ОК-2; ОПК-5; ПК-9; ДПК-5; ДПК-12.</p>

процессе работы с пострадавшими (в аспекте профилактики выгорания).	ми (в аспекте профилактики выгорания).	
	Уметь: • осознавать собственную ценностно-ориентационную позицию по отношению к помогающей деятельности; • занимать открытую, осознанную, активную и конструктивную позицию по отношению к супервизии и интервизии; • рефлексировать собственный опыт участия в мини-сеансах психологического консультирования.	
	Владеть: • навыками сохранения собственного психологического здоровья.	

**1.6. Контроль результатов освоения дисциплины.** В ходе изучения дисциплины используются такие методы текущего контроля успеваемости как подготовка к семинарским занятиям, выполнение заданий для самостоятельной работы, которые заключаются в разработке сценариев различных аспектов организации процесса консультирования, проработке приемов и техник консультирования, изучении отдельных теоретических подходов к процессу кризисного консультирования в рамках различных психологических школ и направлений, проведение учебных консультаций. Оценочные средства результатов освоения дисциплины, критерии оценки выполнения заданий представлены в разделе «Фонды оценочных средств для проведения промежуточной аттестации». Итоговая форма контроля – экзамен в 3 семестре в форме тестирования и решения профессиональной задачи.

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

*Перечень образовательных технологий, используемых при освоении дисциплины:*

- Современное традиционное обучение (лекционно-семинарская зачетная система).
- Педагогические технологии на основе активизации и интенсификации деятельности учащихся (активные методы обучения):
  - а) игровые технологии (симуляционные игры, имитационное моделирование профессиональной деятельности);
  - б) интерактивные технологии (дискуссия, супервизия);
  - в) рефлексивные технологии.
- 3. Педагогические технологии на основе эффективности управления и организации учебного процесса:
  - а) технологии индивидуализации обучения;
  - б) коллективный способ обучения.

## 2. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЕ ДОКУМЕНТЫ

### 2.1. Технологическая карта обучения дисциплине

#### Кризисное консультирование

для магистров ОПОП

Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль) образовательной программы

по заочной форме обучения

(общая трудоемкость 2 з.е.)

Модули. Наименование разделов и тем	Всего часов	Аудиторных часов				Внеаудиторных часов	Формы контроля
		всего	лекций	семина-ров	лаборат. работ		
<b>Раздел 1. Теория кризиса. Основы оказания психологической помощи в кризисных ситуациях</b>	<b>19</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>2</b>	<b>-</b>	<b>15</b>	
Тема 1. Понятие кризиса, кризисной ситуации.	5	1	1	-	-	4	1. Рецензирование преподавателем. 2. Тестирование.
Тема 2. Психологическое сопровождение личности в период кризиса.	5	1	1	-	-	4	1. Рецензирование преподавателем. 2. Тестирование.
Тема 3. Методики оказания психологической помощи в период кризиса.	9	2	-	2	-	7	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».
<b>Раздел 2. Кризисное консультирование типовых проблем</b>	<b>44</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>14</b>	<b>-</b>	<b>30</b>	
Тема 4. Экзистенциальный кризис.	6	2	-	2	-	4	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».
Тема 5. Эмоциональная травма и психологическая работа с ней.	8	2	-	2	-	6	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».

Тема 6. Горе.	6	2	-	2	-	4	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».
Тема 7. Психологическая помощь жертвам насилия.	6	2	-	2	-	4	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».
Тема 8. Суицидальное поведение.	6	2	-	2	-	4	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».
Тема 9. Экстренная психологическая помощь.	6	2	-	2	-	4	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».
Тема 10. Профессиональные кризисы. Кризисы адаптации.	6	2	-	2	-	4	1. Анализ работы во время демонстрационных сессий. 2. Супервизия преподавателя. 3. Супервизия от участников группы. 4. Работа в «аквариуме».
<b>КОНТРОЛЬ</b>	9						
<b>ИТОГО</b>	72						

## 2.2. СОДЕРЖАНИЕ ОСНОВНЫХ РАЗДЕЛОВ И ТЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

### Введение

Предотвращение возникновения кризисных ситуаций и оказание помощи кризисным клиентам – задачи, представляющие сегодня огромную важность. Актуальность овладения соответствующими профессиональными компетенциями приобретает особое значение в свете нынешней экономической ситуации, когда финансовая нестабильность осложняет переживание населением всех видов кризисов. Современному психологу необходимо уметь работать не только с *закономерными* кризисами (например, возрастными), но и с *ситуативными*, часто наступающими внезапно и способными нанести серьезный ущерб адаптации и развитию личности.

Во время изучения дисциплины рассматривается специфика кризисного консультирования клиентов, переживших стресс, горе, ПТСР, насилие, экстремальную ситуацию и т.п. В процессе обучения рассматриваются современные возможности организационных форм и видов психологической помощи различным категориям пострадавших. Полученные компетенции найдут широкое применение в очном и заочном взаимодействии с клиентами, при проведении экстренной и пролонгированной, индивидуальной и групповой работы.

Особое внимание при изучении дисциплины уделяется работе с клиентами, имеющими психотравмирующий опыт – опыт утрат, тяжелых заболеваний, криминальных событий и т.д. Задачи обнаружения, оценки и преодоления последствий такого опыта могут встать перед любым психологом вне зависимости от места и формы его работы. При этом оказание помощи клиентам, находящимся в остром состоянии, является не самой сложной задачей, ведь в этом случае на помощь могут прийти специально обученные сотрудники кризисных центров и медицинских учреждений. Гораздо более серьезная проблема – это выявление и купирование отдаленных последствий травматизации. Давность травмы, пустившей глубокие корни, иногда измеряется годами и десятилетиями, но многие клиенты не связывают с ней своих сегодняшних затруднений. Сложность своевременного обращения за помощью связана и с другими факторами – боязнью огласки, осуждения или нежеланием показаться слабым. Работа с пострадавшими всегда предъявляет требования к специфическим профессиональным компетенциям психолога, приобрести и совершенствовать которые можно в рамках программ дополнительного образования в области кризисного консультирования.

Дисциплина реализует следующие основные задачи ООП:

1) обеспечивает приобретение системы знаний в области подходов к психологическому консультированию в кризисных и экстремальных ситуациях;

2) способствует повышению психологической компетентности магистров, то есть способности анализировать ситуации взаимодействия в группе, правильно определять личные особенности и эмоциональные состояния других людей, прогнозировать их социальное поведение в кризисной и экстремальной ситуации;

3) осуществляет подготовку к ведению профессиональной психолого-педагогической деятельности на основе выбора адекватных способов активного обучения, психологического воздействия и реализации их в процессе психологического консультирования в кризисной и экстремальной ситуации.

Дисциплина обеспечивает образовательные интересы личности магистра, обучающегося по данной ООП, заключающиеся в:

1) приобретении представлений о специфике кризисного консультирования как вида психологической помощи в кризисной и экстремальной ситуации;

2) развитие способности организовывать процесс психологического консультирования, выбирать оптимальные формы поведения и психолого-педагогического воздействия с учетом особенностей клиентов в кризисной и экстремальной ситуации;

3) развитию психологического мышления магистров, интериоризации базовых принципов и правил консультирования, формировании индивидуального стиля психологической деятельности.

Дисциплина удовлетворяет требования заказчиков выпускников университета по данной ООП в их готовности к ведению профессиональной деятельности на основе выбора адекватных способов общения и психологического воздействия и реализации их в процессе психологического консультирования в кризисной и экстремальной ситуации.

Основные феномены консультативного процесса рассматриваются в свете различных подходов, что дает возможность оптимально и точно применять на практике процедуры и техники психологической помощи в кризисной и экстремальной ситуации.

Для решения этих задач основное внимание в курсе уделяется построению консультативной ситуации, организации взаимодействия «консультант – клиент», личностному, теоретическому и психотехническому самоопределению психолога-консультанта; раскрывается содержание, структура и динамика процесса консультирования, отрабатываются приемы диалогического общения.

В процессе изучения дисциплины используются демонстрационные сессии, имитационное моделирование профессиональной деятельности, супервизорские сессии, разработка проекта, рефлексивные технологии обучения.

Дисциплина базируется на знаниях, полученных при освоении таких дисциплин как «Феноменология развития личности», «Теория и практика психологического консультирования», «Когнитивный подход в психологическом консультировании», «Гештальт-подход в психологическом консульти-

ровании», «Бихевиоральный подход в психологическом консультировании», «Экзистенциальный подход в психологическом консультировании».

Знания и опыт, полученные во время изучения дисциплины, будут востребованы в дисциплинах «Практикум по психологическому консультированию», «Возрастно-психологическое консультирование», «Семейное консультирование», «Профессиональное консультирование», «Психолого-педагогическое консультирование», во время производственной практики магистров.

## **Раздел 1. Теория кризиса. Основы оказания психологической помощи в кризисных ситуациях**

### **Тема 1. Понятие кризиса, кризисной ситуации**

Понятие кризиса, кризисной /психотравмирующей ситуации. Основные теории кризисов. Нормативные кризисы: возрастного развития, профессионального развития. Ненормативные кризисы: травматические кризисы (эмоциональная травма, горе, стихийные бедствия, чрезвычайные происшествия), кризисы адаптации (смена школы / ВУЗа / работы, миграция). Динамические этапы кризиса развития личности. Понятие о поражающих факторах в кризисной ситуации, виды факторов. Понятие Психологической травмы, критерии диагностики.

Типология реакций на кризис. Клиническая типология. Критерии диагностики: острая реакция на стресс, посттравматическое стрессовое расстройство, изменения личности после катастрофы, посттравматический синдром. Основные феномены и принципы диагностики.

Психологические этапы переживания кризисной ситуации. Теории, объясняющие механизмы переживания кризисных ситуаций: адаптационного стресса Г. Селье, травматического невроза З. Фрейда, синдрома стрессовых реакций М. Горовца. Индикаторы «правильного» и «неправильного» переживания кризисных ситуаций. Эмоциональное выгорание, снижение иммунитета, аддиктивное поведение, психосоматические заболевания.

### **Тема 2. Психологическое сопровождение личности в период кризиса**

Психологическое сопровождение личности в период кризиса. Образ мира и оказание психологической помощи в трудных и экстремальных ситуациях. Помощь в преодолении отчуждения. Основные стратегии психологической помощи на различных этапах переживания кризисных ситуаций: фаза шока, фаза отрицания, фаза вторжения, фаза переживания и переработки. Стадии психологического сопровождения.

Идентификация и оценка последствий травматического опыта. Диагно-

стика в кризисном консультировании: специфика, принципы, диагностические критерии, методический инструментарий. Реабилитационный этап и его особенности в зависимости от типа травмирующей ситуации.

### **Тема 3. Методики оказания психологической помощи в период кризиса**

Основные средства оказания психологической помощи в период кризиса. Методики психологической помощи (цели, задачи, возможные эффекты, показания и ограничения для применения). Базовые техники консультирования, психодрама, ролевое моделирование, поведенческая терапия, дневники, письма, аффирмации как приемы самостоятельной работы между встречами с психологом. Технологии очного консультирования пострадавших: групповое сопровождение: дебрифинг, группы поддержки, группы взаимопомощи; индивидуальное сопровождение: десенсибилизация, работа с образом и телесными симптомами; интеграция и контекстуализация травматического опыта; рефлексия профессиональной позиции консультанта.

Дистанционное консультирование пострадавших: телефон доверия и переписка: специфика телефонного консультирования пострадавших; рожерианские и гештальт-техники; возможности применения классических «очных» приемов при работе на телефоне доверия; специфика письменной работы с пострадавшими; индивидуальная и групповая работа с письмами; рефлексия профессиональной позиции консультанта.

Психологическая работа с кризисными и проблемными ситуациями. Психосинтез, гештальт-терапия, когнитивно-поведенческая терапия, танцевально-двигательная терапия, арттерапия при работе с кризисными и проблемными ситуациями.

## **Раздел 2. Кризисное консультирование типовых проблем**

### **Тема 4. Экзистенциальный кризис**

Экзистенциальный кризис. Основные факторы, провоцирующие экзистенциальный кризис. Виды экзистенциального кризиса Клиника экзистенциальный кризиса. Особенности психологического консультирования людей с экзистенциальным кризисом.

### **Тема 5. Эмоциональная травма и психологическая работа с ней**

Эмоциональная травма и психологическая работа с ней. Клинические особенности эмоциональной травмы. Психологические и клинические последствия психотравм. Личностные особенности человека, предрасположенного к застреванию. Психологическое консультирование людей с эмоцио-

нальной травмой.

### **Тема 6. Горе**

Теории горя. Синдром утраты. Горе утраты как процесс. Клиника и этапы горя. Стадии и задачи горя, этапы нормального горевания. Патологическое горевание. Личностные особенности человека, предрасположенного к застреванию в горе. Психологическое консультирование горя. Консультирование клиента, пережившего утрату. Тренинг краткосрочной позитивной терапии. Тренинг «исцеления от горя». Специфика работы с детьми, переживающими утрату. Особенности поведения детей, переживающих утрату. Условия, способствующие проживанию горя. Психологическое консультирование детей для проживания стадий горя.

### **Тема 7. Психологическая помощь жертвам насилия**

Консультирование жертв физического, сексуального, семейного насилия. Социальные и психологические последствия насилия, групповая психотерапия жертв насилия. Физическое, сексуальное насилие, насилие в школе. Нарушения психического и физического развития, тренинг с детьми, пережившими насилие.

### **Тема 8. Суицидальное поведение**

Факторы суицидального риска. Консультирование суицидальных клиентов. Консультирование клиентов, уцелевших после самоубийства. Групповая кризисная психотерапия. Реориентационный тренинг суицидальных клиентов. Суицидальная мотивация и работа с ней, возрастные особенности суицидального поведения. Тренинг ориентации на жизнь, специфика проведения. Поиск поддержки для консультанта.

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

Травматический стресс. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс, помощь при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии, чувстве вины, стыда. Помощь при двигательном возбуждении, нервной дрожи, гневе, агрессии. Самопомощь при острых реакциях на стресс. Организационная схема деятельности специалистов психологической службы на месте ЧС, методы оказания экстренной психологической помощи, методы психологической диагностики.

### **Тема 10. Профессиональные кризисы. Кризисы адаптации.**

Хронический стресс и профессиональное здоровье специалистов. Профилактика синдрома выгорания. Методы и приемы саморегуляции. Концепция «заботы о себе».

Психологическое содействие социально-психологической адаптации. Оценка вторичной травматизации. Супервизия.

### **2.3. ПЛАНЫ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ ЗАОЧНАЯ ФОРМА ОБУЧЕНИЯ**

#### **Занятие 1. Основные средства оказания психологической помощи в период кризиса**

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания помощи людям, переживающим кризис.

##### **Вопросы для обсуждения:**

1. Базовые техники консультирования кризисных клиентов.
2. Психодрама, ролевое моделирование, поведенческая терапия в кризисном консультировании.
3. Дневники, письма, аффирмации как приемы самостоятельной работы между встречами с психологом

#### **Занятие 2. Психологическая помощь людям, переживающим экзистенциальный кризис**

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания помощи людям, переживающим экзистенциальный кризис.

Экзистенциальный кризис. Основные факторы, провоцирующие экзистенциальный кризис. Виды экзистенциального кризиса Клиника экзистенциального кризиса. Особенности психологического консультирования людей с экзистенциальным кризисом.

##### **Вопросы для обсуждения:**

1. Основные факторы, провоцирующие экзистенциальный кризис.
2. Виды экзистенциального кризиса.
3. Клиника экзистенциального кризиса.
4. Особенности психологического консультирования людей с экзистенциальным кризисом.

При проведении занятия применяется работа в малых группах. Каждой малой группе дается задание продемонстрировать знание специфических техник и приемов консультативного воздействия при работе с экзистенциальным кризисом клиента. После выработки своих предложений, каждая малая группа представляет их перед всей учебной группой, отстаивает их, отвечает на вопросы.

### **Занятие 3. Психологическая работа по преодолению травматического опыта**

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания помощи людям, пережившим травматический опыт.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Диагностические критерии, методики, используемые при оценке травматического опыта.
2. Реабилитационный этап и его особенности в зависимости от типа травмирующей ситуации.
3. Психосинтез, гештальт- терапия, когнитивно- поведенческая терапия, танцевально- двигательная терапия, арттерапия при работе с кризисными и проблемными ситуациями.

### **Занятие 4. Переживание утраты в психологическом консультировании.**

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания помощи людям, переживающим утрату.

#### **Вопросы для обсуждения:**

1. Изложите особенности диагностики и планирования консультативного процесса при переживании утраты
2. Обоснуйте основные стадии горя.
3. Уточните особенности консультирования клиента пережившего утрату.
4. Уточните особенности консультирования при переживании горя на разных стадиях.
5. Клише, которые рекомендуется избегать.

При проведении занятия применяется работа в малых группах. Каждой малой группе дается задание продемонстрировать знание специфических техник и приемов консультативного воздействия при работе с синдромом утраты. После выработки своих предложений, каждая малая группа представляет их перед всей учебной группой, отстаивает их, отвечает на вопросы.

### **Занятие 5. Консультирование жертв насилия.**

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания помощи людям, пережившими насилие.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Изложите особенности диагностики и планирования консультативного процесса при работе с жертвами насилия: эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное, экономическое.
2. Обоснуйте основные этапы консультирования при работе с жертвами насилия.
3. Назовите специфические техники и приемы консультативного воздействия при работе с жертвами насилия.
4. Психические особенности людей, пострадавших от насилия.

При проведении занятия применяется работа в малых группах. Каждой малой группе дается задание продемонстрировать знание специфических техник и приемов консультативного воздействия при работе с жертвами насилия. После выработки своих предложений, каждая малая группа представляет их перед всей учебной группой, отстаивает их, отвечает на вопросы студентов.

### **Занятие 6. Психологическая помощь суицидальным клиентам**

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания помощи людям, пережившим насилие и суицидальные попытки.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Суицидальная мотивация и работа с ней, возрастные особенности суицидального поведения.
2. Основные факторы и индикаторы суицидального риска.
3. Шесть типов ситуативных реакций суицидного поведения по А.Г. Абрамовой.
4. Специфические техники и приемы консультативного воздействия при работе до и после суицидального состояния?
5. Тренинг ориентации на жизнь, специфика проведения.
6. Поиск поддержки для консультанта.

### **Занятие 7. Экстренная психологическая помощь**

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания экстренной психологической помощи.

### **Вопросы для обсуждения:**

1. Травматический стресс.
2. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс.

3. Помощь при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии, чувстве вины, стыда.
4. Помощь при двигательном возбуждении, нервной дрожи, гневе, агрессии.
5. Самопомощь при острых реакциях на стресс.

**Занятие 8.** Вторичный травматический стресс. Профессиональные кризисы. Кризисы адаптации.

Цель: познакомиться со психотехнологиями оказания психологической помощи в ситуации профессиональных кризисов.

**Вопросы для обсуждения:**

1. Существует ли на Ваш взгляд связь между синдромом выгорания и вторичной травмой.
2. Факторы, оказывающие влияние на выгорание.
3. Признаки, симптомы, факторы, влияющие на вторичную травматизацию.
4. Каково соотношение ресурсов для личностного роста и основных психологических потребностей.
5. Обоснуйте значение участия в супервизии, интервизии для кризисного консультанта.
6. Приведите примеры хронического стресса и профессионального здоровья специалистов.
7. Какие формы профилактики синдрома выгорания Вы знаете.
8. Методы и приемы саморегуляции.
9. Концепция «заботы о себе».
10. Что представляет собой психологическое содействие социально-психологической адаптации.

При проведении занятия применяется работа в малых группах. Каждой малой группе дается задание продемонстрировать знание специфических техник и приемов консультативного воздействия при работе со вторичной травмой, профессиональным кризисом, синдромом выгорания. После выработки своих предложений, каждая малая группа представляет их перед всей учебной группой, отстаивает их, отвечает на вопросы студентов.

**2.4. Методические рекомендации по освоению дисциплины**

**Кризисное консультирование**

**магистров ОПОП**

**Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

**Направленность (профиль) образовательной программы**

## **Мастерство психологического консультирования по заочной форме обучения**

Основная задача вузов – 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 непременном условии успешного усвоения и овладения обширным и сложным программным материалом.

Отличительной особенностью обучения в вузе является то, что это, в значительной степени, самообразование.

Самообучение – один из самых ценных способов познания, когда развивается мышление, формируются ценнейшие качества человеческой личности: интерес к наукам, потребность в духовном обогащении, способность к творчеству, воля. Вместе с тем, самообучение доставляет человеку огромную радость и удовлетворение. Знания и навыки, приобретенные самостоятельно, остаются на всю жизнь.

Успехов в учебе можно достигать самыми разными способами. Само обучение в вузе – это одновременно и своеобразное «экспериментирование» с самим собой, тем более, что главный предмет для любого аспиранта – это он сам как развивающийся, самоизменяющийся и рефлексирующий «субъект учебной деятельности». В дальнейшем опыт формирования своего индивидуального стиля может стать основой формирования в себе индивидуального стиля самой профессиональной деятельности.

### **ПРЕЗЕНТАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

*Доклад* – вид самостоятельной работы, используется в учебной и внеучебной деятельности, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, приучает к научному мышлению.

При подготовке доклада по заданной теме следует составить план, подобрать основные источники. Работая с источниками, важно систематизировать полученные сведения, сделать выводы и обобщения. К докладу по крупной теме могут привлекаться несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления. Структура любого доклада может быть представлена следующим образом: постановка проблемы; систематизированное изложение основных результатов ее изучения (направления исследований, основные положения теорий, основные научные результаты (достижения) в изучении феноменов, процессов, явлений в рамках излагаемой проблемы, спорные или неизученные аспекты); выводы и обобщение (резюме).

Устные выступления – это то, чему надо обязательно учиться. Лишь очень немногие из нас являются ораторами от природы и, предоставленные сами себе, мы вносим в наши выступления путаницу, ненужные подробности, и, в конце концов, скуку. Этого можно избежать, если следовать нескольким простым правилам и приемам.

Не надо жалеть времени на подготовку устных выступлений: ваша будущая карьера может зависеть от того, как вы умеете выступать и представлять свои результаты. Хорошая работа достойна того, чтобы ее хорошо доложить.

Главная цель любого доклада – донести до слушателей то, что вы хотите им сказать. (Возможны, конечно, и другие цели, но мы будем исходить только из этой.) Это означает, что вы должны завладеть вниманием аудитории и не отпугнуть слушателей ни избытком скучных подробностей, ни особенностями технического представления доклада.

По возможности, не пишите на доске, так как это затягивает время. Кроме того, ваш красивый почерк обязательно покажется кому-нибудь мелким или неразборчивым. Используйте для иллюстрации сообщения компьютерный проектор.

О чем важно помнить во время доклада:

1. Нельзя недооценивать аудиторию. Слушатели, как правило, достаточно умны. Поэтому не пытайтесь показать аудитории, насколько умны *Вы*. Если это действительно так, то слушатели заметят.
2. Старайтесь говорить не монотонно, иначе вы вскоре увидите борющихся со сном слушателей. Подчеркивайте голосом и жестами (умеренными) наиболее важные положения доклада.
3. Отдайте должное вашим предшественникам. Это покажет, что вы знакомы с литературой по обсуждаемой проблеме. Кроме того, аудитория оценит, что вы не считаете, что разрешили «ударом гения» важный вопрос, который в течение многих лет не давался лучшим умам человечества. (Это случается очень редко, и поэтому смело можете полагать, что Вас это не касается.)
4. Если вы собираетесь кого-либо опровергнуть, не выпячивайте это (кто знает, быть может, потом в этой роли окажется и ваш доклад). Будьте вежливы.
5. Не надоедайте слушателям всем известными деталями. Это раздражает и приводит к потере внимания. Иногда бывает полезно сообщить основной вывод в начале доклада. В противном случае слушатели могут начать проявлять нетерпение и торопить вас, чтобы вы скорее добрались до результата.
6. Не пытайтесь рассказывать обо всем, но только о теме выступления и в пределах отведенного времени.
7. Для того, чтобы показать что-либо на экране, пользуйтесь указкой. Помните, что не стоит поворачиваться спиной к слушателям. Если нет достаточно большой (или лазерной) указки, используйте маленькую указку, ручку или карандаш, но не ваши пальцы. Старайтесь не загораживать экран от аудитории.
8. Следите за аудиторией. Желательно не обращаться с докладом только к одному слушателю – это будет выглядеть странно. Лучше заранее выбрать несколько человек в аудитории, за реакцией которых вы будете следить во время выступления.
9. Заранее решите, что вы можете выкинуть из доклада, если не будете укладываться в отведенное время. Начните с короткого вступления и избегайте говорить о не относящихся к делу вещах. Спланируйте выступление так, чтобы его длительность была по крайней мере на 10% меньше отведенного вам времени. Если вы выступаете на конференции, узнайте заранее, включает ли отпущенное на доклад время также и его обсуждение.
10. Не волнуйтесь, если доклад прерывается вопросами. Как правило, это вызвано интересом слушателей к сообщению. Если ответ на вопрос будет ясен из последующей части доклада, просто скажите это. Если же вы чувствуете, что из-за вопросов остается мало времени и придется комкать выступление, обратитесь к руководителю семинара или конференции с предложением: «Я думаю, что более подробно мы обсудим это во время дискуссии или после доклада».
11. В конце доклада необходимо сделать основные выводы по излагаемой теме (проблеме).
12. Если вас спросили о том, что вы не знаете или о чем вы не думали, признайте это. Иногда бывает полезно сказать, что заданные вопросы или сделанные замечания очень интересны и что вы обязательно учтете их в последующей работе (если, конечно, они заслуживают это).
13. Если кто-либо из слушателей решительно не согласен с вами и агрессивно атакует детали доклада, постарайтесь объяснить вашу точку зрения. Помните, что вам нужно убедить *слушателей*, а не оппонента (его, как правило, все равно не убедить), и поэтому обращайтесь к аудитории. Вы можете предложить оппоненту детально объяснить и развить его возражения, но делайте это лишь в том случае, если вы *абсолютно уверены* в своей правоте. Следует также помнить две важные вещи.

Во-первых, дискуссии способствуют лучшему пониманию проблемы (а научные – прогрессу науки) и ваш личный статус зависит, в частности, и от того, насколько компетентным вы показываете себя в дискуссиях, и кто оказывается правым в результате. Во-вторых, вы ни в коем случае не должны публично оскорблять оппонента, и не должны допускать этого в отношении самого себя.

14. Если вы ожидаете, что какие-то конкретные вопросы будут обязательно заданы (вы можете даже специально спровоцировать их), хорошо подготовьтесь к ним.
15. Компьютерные иллюстрации играют во время доклада очень важную роль. Докладчику они позволяют сохранять связанность и последовательность изложения и избавляют от необходимости заглядывать в текст сообщения. Слушателям же они помогают еще в большей степени. Они помогают им делать заметки, подумать о том, то вы только что сказали или еще собираетесь сообщить, позволяют следить за докладом даже после частичной потери внимания.
16. Пишите текст большими буквами. Рекомендуются заранее убедиться, что ваш текст будет различим в дальнем конце аудитории. Вы можете использовать разный цвет шрифта, но излишняя пестрота отвлекает внимание.
17. Помещайте не более 8-10 строчек на одном слайде и используйте короткие фразы.
18. Не стоит показывать длинные таблицы, содержащие, как правило, лишнюю информацию. В некоторых случаях (конечно, не всегда) гораздо нагляднее использовать гистограммы.
19. Избегайте большого числа малоинформативных и дублирующих друг друга рисунков. Когда показываете рисунок, дайте время разглядеть и осознать его. Рисунки не должны быть слишком сложными и запутанными. Лучше сделать новый рисунок, оставив на нем только то, что нужно для доклада, чем использовать иллюстрацию с излишней и отвлекающей информацией. Не забудьте объяснить, что у вас отложено по осям и какие единицы измерения используются.
20. Если вы выбились из времени, не пытайтесь показать все оставшиеся слайды презентации, пролистывая их с большой скоростью на проекторе. Просто пропустите их. Если же они содержат очень важную информацию, суммируйте ее коротко вслух.

Для доклада *на конференции* вам отводится очень ограниченное время для выступления (как правило, 10-15 мин.) и структура доклада должна это учитывать. У вас не будет времени для детального обсуждения, но, если вы хорошо сделаете доклад, заинтересованные слушатели подойдут к вам за подробностями после выступления.

Типичные разделы доклада: актуальность проблемы; основные теоретические положения, на которых вы основываетесь; цель, задачи и гипотеза исследования; методы, результаты; сравнение с литературными данными; обсуждение результатов, планы на будущее и т.п.

Начните с названия, авторов и краткого описания проблемы. Затем можно сразу привести ваш основной результат. Лучше сообщить его в начале, чем произнести скороговоркой, уже выбившись из времени, в конце доклада. Оставшееся время посвятите наиболее важным подробностям работы. В конце выступления снова изложите основной результат.

### **РЕШЕНИЕ СИТУАЦИОННЫХ ЗАДАЧ**

Такой вид самостоятельной работы направлен на развитие мышления, творческих умений, усвоение знаний, добытых в ходе активного поиска и самостоятельного решения проблем.

При решении ситуационной задачи необходимо:

1) представить рассуждение по поводу: необходимости дополнительных данных и источников их получения; прогнозов относительно субъектов и/или причин возникнове-

ния ситуации;

2) продемонстрировать умения использовать системный подход, ситуативный подход, широту взглядов на проблему;

3) подготовить программу действий, направленную на реализацию, например, аналитического метода решения проблемы: проанализировать все доступные данные, превратить их в информацию; определить проблему; прояснить и согласовать цели; выдвинуть возможные альтернативы; оценить варианты и выбрать один из них.

## САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА С ЛИТЕРАТУРОЙ

Необходимую для научных исследований информацию вы черпаете из книг, публикаций, периодической печати, специальных информационных изданий и других источников. Успешному поиску и получению необходимой информации содействуют знания основ информатики, источников информации, составов фондов библиотек и их размещения.

Чтобы быстро и умело ориентироваться в этом потоке информации, учитесь работать с предметными каталогами библиотеки, уметь пользоваться информационными изданиями типа “Экспресс-информация”, “Реферативные журналы”, “Книжная летопись”, а также автоматизированной поисковой системой и Интернетом, чтобы быстро найти нужную информацию.

**Умение работать с информацией складывается из умения быстро найти требуемый источник (книгу, журнал, справочник), а в нем – нужные материалы; из умения разобраться в нем, используя при этом различные способы чтения.**

Хочется познакомить с двумя способами работы с текстом: первый – интеллект карты, или их еще называют карты ума (mind-maps). Интеллект-карты — это инструмент, позволяющий:

- эффективно структурировать и обрабатывать информацию;
- мыслить, используя весь свой творческий и интеллектуальный потенциал.

Интеллект-карты – очень красивый инструмент для решения таких задач, как проведение презентаций, принятие решений, планирование своего времени, запоминание больших объемов информации, проведение мозговых штурмов, самоанализ, разработка сложных проектов, собственное обучение, развитие, и многих других. Подробную информацию вы найдете на сайте - <http://www.mind-map.ru/>.

Второй: метод чтения называется ПВЧУК (PQRST), и он является весьма эффективным средством улучшить понимание ключевых идей и сведений, а также их запоминание. Название метода состоит из аббревиатуры названий пяти его этапов: предосмотр, вопросы, чтение, устное воспроизведение и контроль.



Первый и последний этапы (предосмотр и контроль) применяются к главе в целом; три этапа в середине (вопросы, чтение и устное воспроизведение) применяются по мере

перехода к каждому крупному разделу главы.

**Этап II (Предосмотр).** На первом этапе вы бегло просматриваете всю главу, стремясь получить общее представление об основных темах. Это достигается прочтением резюме и затем беглым прочитыванием самой главы; при этом особое внимание стоит обратить на заголовки основных разделов и подразделов, а также пробежать глазами рисунки и иллюстрации.

Наиболее важное в этапе предосмотра — тщательно прочитать резюме в конце главы после того, как вы бегло ее просмотрели. Не поленитесь обратить внимание на каждый пункт этого резюме; при этом у вас возникнут вопросы, на которые надо будет ответить позднее, когда вы будете читать текст полностью. На этапе предосмотра вы получаете общее представление о темах, обсуждающихся в главе, и об их организации.

**Этап В (Вопросы).** Как отмечалось ранее, этапы В, Ч и У следует применять к каждому крупному разделу главы по мере перехода к нему. Как правило, главы этой книги содержат от 5 до 8 крупных разделов и каждый раздел начинается с заголовка крупными буквами. Проработайте главу по одному разделу за один раз, применяя к каждому из них этапы В, Ч и У, прежде чем перейти к следующему. Прежде чем прочитать раздел, прочитайте его заголовок, а также заголовки его подразделов. Затем преобразуйте тематические заголовки в один или более вопросов, на которые вы ожидаете найти ответ при чтении этого раздела. Спросите себя: «Какова была основная идея автора при написании этого раздела?» Это этап вопросов.

**Этап Ч (Чтение).** Далее прочтите раздел внимательно, со смыслом. По мере чтения постарайтесь ответить на вопросы, поставленные вами на этапе В. Вдумывайтесь в то, что читаете, и попытайтесь связать это с тем, что уже знаете. Возможно, вы захотите пометить или подчеркнуть ключевые слова или фразы текста. Не стоит, однако, пометить более 10-15% текста. Слишком много выделений мешают поставленной задаче, суть которой в том, чтобы ключевые слова и идеи выделялись при последующем просмотре. Возможно, лучше всего отложить внесение пометок, пока вы не прочитали весь раздел и не познакомились со всеми ключевыми идеями, так чтобы судить об их относительной важности.

**Этап У (Устное воспроизведение).** Окончив читать раздел, попытайтесь воспроизвести основные идеи и повторить информацию. Устное воспроизведение — мощное средство фиксации материала в памяти.

Выразите идеи своими словами и повторите информацию (желательно вслух, а если вы не одни, то про себя). Сверьтесь с текстом, чтобы быть уверенным, что вы воспроизвели материал верно и полно. Устное воспроизведение вскроет пробелы в вашем знании и поможет вам организовать информацию в памяти. Завершив таким образом один раздел текущей главы, переходите к следующему и снова примените этапы В, Ч и У. Продолжайте таким же образом, пока не закончите все разделы главы.

**Этап К (Контроль).** Когда вы закончили чтение всей главы, вам надо проверить себя и просмотреть весь материал. Проглядите свои пометки и проверьте воспроизведение основных идей. Попробуйте понять связь разных фактов друг с другом и их организацию внутри главы. На этапе контроля может потребоваться просмотреть снова всю главу и проверить ключевые факты и идеи. На этом этапе вам также следует перечитать резюме главы; при этом вы должны уметь добавлять подробности ко всем его пунктам. Не откладывайте этап контроля до предэкзаменационной ночи. Лучше всего в первый раз пересмотреть главу сразу после ее прочтения.

Исследования показывают, что метод ПВЧУК очень полезен и определенно предпочтительнее, чем простое прочтение всей главы напрямую. Устное воспроизведение особенно важно; лучше потратить значительное время учебы на активную попытку повторить материал, чем отдать все время его чтению и перечитыванию. Исследования показывают также, что тщательное прочтение резюме главы перед прочтением ее самой особенно продуктивно. Чтение резюме дает общее представление о главе, которое позволяет ор-

ганизовывать материал по мере ее прочтения. Даже если вы решите не проходить по всем этапам метода ПВЧУК, обратите особое внимание на устное воспроизведение и прочтение резюме главы как на хороший способ первого знакомства с материалом.

Как уже отмечалось, самостоятельная работа с учебниками и книгами (а для психологов – это также самостоятельное теоретическое исследование проблем, обозначенных преподавателем на лекциях) – это важнейшее условие формирования у себя научного способа познания. Основные советы здесь можно свести к следующим:

1. Составить перечень книг, с которыми Вам следует познакомиться; «не старайтесь запомнить все, что вам в ближайшее время не понадобится, – советует молодому ученому Г. Селье, – запомните только, где это можно отыскать»
2. Сам такой перечень должен быть систематизированным (что необходимо для семинаров, что для экзаменов, что пригодится для написания курсовых и дипломных работ, а что Вас интересует за рамками официальной учебной деятельности, то есть что может расширить Вашу общую культуру...).
3. Обязательно выписывать все выходные данные по каждой книге (при написании курсовых и дипломных работ это позволит очень сэкономить время).
4. Разобраться для себя, какие книги (или какие главы книг) следует прочитать более внимательно, а какие – просто просмотреть.
5. При составлении перечней литературы следует посоветоваться с преподавателями и научными руководителями (или даже с более подготовленными и эрудированными сокурсниками), которые помогут Вам лучше сориентироваться, на что стоит обратить большее внимание, а на что вообще не стоит тратить время...
6. Безусловно, все прочитанные книги, учебники и статьи следует конспектировать, но это не означает, что надо конспектировать «все подряд»: можно выписывать кратко основные идеи автора и иногда приводить наиболее яркие и показательные цитаты (с указанием страниц).
7. Если книга – Ваша собственная, то допускается делать на полях книги краткие пометки или же в конце книги, на пустых страницах просто сделать свой «предметный указатель», где отмечаются наиболее интересные для Вас мысли и обязательно указываются страницы в тексте автора (это очень хороший совет, позволяющий экономить время и быстро находить «избранные» места в самых разных книгах).
8. Если Вы раньше мало работали с научной психологической литературой, то следует выработать в себе способность «воспринимать» сложные тексты; для этого лучший прием – научиться «читать медленно», когда Вам понятно каждое прочитанное слово (а если слово незнакомое, то либо с помощью словаря, либо с помощью преподавателя обязательно его узнать), и это может занять немалое время (у кого-то – до нескольких недель и даже месяцев); опыт показывает, что после этого студент каким-то «чудом» начинает буквально заглатывать книги и чуть ли не видеть «сквозь обложку», стоящая это работа или нет...
9. «Либо читайте, либо перелистывайте материал, но не пытайтесь читать быстро... Если текст меня интересует, то чтение, размышление и даже фантазирование по этому поводу сливаются в единый процесс, в то время как вынужденное скорочтение не только не способствует качеству чтения, но и не приносит чувства удовлетворения, которое мы получаем, размышляя о прочитанном», – советует Г. Селье.
10. Есть еще один эффективный способ оптимизировать знакомство с научной литературой – следует увлечься какой-то идеей и все книги просматривать с точки зрения данной идеи. В этом случае студент (или молодой ученый) будет как бы искать аргументы «за» или «против» интересующей его идеи, и одновременно он будет как бы общаться с авторами этих книг по поводу своих идей и размышлений... Проблема лишь в том, как найти «свою» идею...

## ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ НАУЧНЫХ СТАТЕЙ

Научная публикация – основной результат деятельности исследователя. Главная цель научной публикации – сделать работу автора достоянием других исследователей и обозначить его приоритет в избранной области исследований.

Можно выделить несколько видов научных публикаций: монографии, статьи и тезисы докладов. Монография – это научный труд, в котором с наибольшей полнотой исследуется определённая тема, поэтому монографии пишутся редко. Тезисы докладов – это краткие публикации, как правило, содержащие 1-2 страницы, вследствие чего они не позволяют в должной мере ни отразить результаты, ни обсудить их и не представляют большого интереса для научного мира. Во многих случаях, например, при написании заявки на поддержку исследований тезисы докладов вообще не учитываются как публикации. Наибольший интерес представляют научные статьи, которые включают в себя как рецензируемые статьи (перед опубликованием статья проходит рецензирование) и нерецензируемые статьи, так и труды (или материалы) конференций.

Всякая научная статья должна содержать краткий, но достаточный для понимания отчет о проведенном исследовании и объективное обсуждение его значения. Отчет должен содержать достаточное количество данных и ссылок на опубликованные источники информации, чтобы коллегам можно было оценить и самим проверить работу. Написать хорошую статью – значит достичь этих целей.

Чтобы написать хорошую статью необходимо соблюдать стандарты построения общего плана научной публикации и требования научного стиля речи. Это обеспечивает однозначное восприятие и оценку данных читателями. Основные черты научного стиля: логичность, однозначность, объективность.

*Основная задача этих рекомендаций – практическая помощь в написании и оформлении Ваших научных трудов (статей, тезисов).*

### Основная структура содержания статьи

В статье следует сжато и четко изложить современное состояние вопроса, цель работы, методику исследования, результаты и обсуждение полученных данных. Это могут быть результаты собственных экспериментальных исследований, обобщения производственного опыта, а также аналитический обзор информации в рассматриваемой области.

Статья, как правило, включает в себя:

- 1) аннотацию;
- 2) введение;
- 3) методы исследований;
- 4) основные результаты и их обсуждение;
- 5) заключение (выводы);
- 6) список цитированных источников.

Обычно статья включает также «Реферат» и «Ключевые слова», а в конце статьи также могут приводиться слова благодарности.

**Название (заглавие)** – очень важный элемент статьи. По названию судят обо всей работе. Поэтому заглавие статьи должно полностью отражать ее содержание. Правильнее будет, если Вы начнете работу над названием после написания статьи, когда поймали саму суть статьи, ее основную идею. Некоторые авторы предпочитают поработать над названием статьи в начале своей работы, но такое подвластно только опытным исследователям. В любом случае помните, что удачное название работы – это уже полдела.

**Аннотация.** Она выполняет функцию расширенного названия статьи и повествует о содержании работы. Аннотация показывает, что, по мнению автора, наиболее ценно и применимо в выполненной им работе. Плохо написанная аннотация может испортить впе-

чатление от хорошей статьи.

Во **Введении** должна быть обоснована актуальность рассматриваемого вопроса (что Вы рассматриваете и зачем?) и новизна работы, если позволяет объем статьи можно конкретизировать цель и задачи исследований, а также следует привести известные способы решения вопроса и их недостатки.

*Актуальность темы* – степень ее важности в данный момент и в данной ситуации для решения данной проблемы (задачи, вопроса). Это способность ее результатов быть применимыми для решения достаточно значимых научно-практических задач.

*Новизна* – это то, что отличает результат данной работы от результатов других авторов.

*Цели и задачи исследований.* Важно, чтобы при выборе темы четко осознавать те цели и задачи, которые автор ставит перед своей работой. Работа должна содержать определенную идею, ключевую мысль, которой, собственно говоря, и посвящается само исследование. Формулировка цели исследования - следующий элемент разработки программы. Дабы успешно и с минимальными затратами времени справиться с формулировкой цели, нужно ответить себе на вопрос: “что ты хочешь создать в итоге организуемого исследования?” Этим итогом могут быть: новая методика, классификация, новая программа или учебный план, алгоритм, структура, новый вариант известной технологии, методическая разработка и т.д. Очевидно, что цель любой работы, как правило, начинается с глаголов:

- выяснить...
- выявить...
- сформировать...
- обосновать...
- проверить...
- определить...
- создать...
- построить...

*Задачи* – это, как правило, конкретизированные или более частные цели. Цель, подобно вееру, разветвляется в комплексе взаимосвязанных задач. Например, если цель исследования – разработать методику оптимальной организации учебно-воспитательного процесса в условиях пятидневной недели, то эта цель может предполагать следующие задачи:

- 1) определить и обосновать оптимальную для каждой студенческой группы продолжительность занятий;
- 2) осуществить корректировку учебных программ в связи с общим сокращением учебного времени;
- 3) освоить с преподавателями методику интенсификации обучения в условиях 90, 85- и 80-минутного занятия;
- 4) выявить динамику перегрузов студентов, занимающихся в режиме пятидневной учебной недели, а также динамику характеристик здоровья и др.

**Основная часть** включает само исследование, его результаты, практические рекомендации. От самостоятельного исследователя требуется умение:

- пользоваться имеющимися средствами для проведения исследования или создавать свои, новые средства.
- разобраться в полученных результатах и понять, что нового и полезного дало исследование.

В работе, посвященной экспериментальным (практическим) исследованиям, автор обязан описать методику экспериментов, оценить точность и воспроизводимость полученных результатов. Если это не сделано, то достоверность представленных результатов сомнительна. Чтение такой статьи становится бессмысленной тратой времени.

Важнейшим элементом работы над статьей является представление результатов работы и их физическое объяснение. Необходимо представить результаты в наглядной форме: в виде таблиц, графиков, диаграмм.

Большинство авторов избегают упоминать об экспериментах с отрицательным результатом. Между тем, такие эксперименты, особенно в области технологии, иногда поучительнее экспериментов с положительным исходом. Технология – это наука, в которой, в отличие от математики, бывает так, что минус плюс минус дают плюс. Например, технологический процесс имеет два существенных недостатка, но, тем не менее, обеспечивает необходимое качество продукции. Если устранить только один недостаток, то, как правило, процесс даст сбой и возникнет брак в производстве. [5]

В статье о каком-либо технологическом процессе автору следует рассмотреть виды брака и методы его устранения. Технолог вырастает в специалиста высокой квалификации, если он исследует причины возникновения брака в производстве и разрабатывает методы его устранения.

**Заключение** содержит краткую формулировку результатов, полученных в ходе работы. В заключении, как правило, автор исследования суммирует результаты осмысления темы, выводы, обобщения и рекомендации, которые вытекают из его работы, подчеркивает их практическую значимость, а также определяет основные направления для дальнейшего исследования в этой области знаний.

**Выводы** (вместо заключения) обычно пишутся, если статья основана на экспериментальных данных и является результатом многолетнего труда. Выводы не могут быть слишком многочисленными. Достаточно трех-пяти ценных для науки и производства выводов, полученных в итоге нескольких лет работы над темой. Выводы должны иметь характер тезисов. Их нельзя отождествлять с аннотацией, у них разные функции. Выводы должны показывать, что получено, а аннотация – что сделано. [2]

**Список литературы** – это перечень книг, журналов, статей с указанием основных данных (место и год выхода, издательство и др.).

Ссылки в статье на литературные источники можно оформить тремя способами: 1) выразить в круглых скобках внутри самого текста (это может быть газетный или журнальный материал); 2) опустить в нижнюю часть страницы с полными выходными данными; 3) указать в квадратных скобках номер источника и страницу из алфавитного списка литературы. В целом, литературное оформление материалов исследования следует рассматривать весьма ответственным делом.

Библиографическое описание документов, включенных в список использованной литературы, составляется в соответствии с требованиями ГОСТ «Библиографическое описание документа. Общие требования и правила составления».

Важно помнить: при отправлении статьи на серьезный академический журнал необходимо соблюдать общую структуру составления статьи с подписыванием подзаголовков структуры статьи. Некоторые издатели, обычно это в сборниках материалов конференций, если не позволяют объем страниц статьи, не акцентируют на подписывание разделов, т.е. текст идет целиком отдельными абзацами.

## **ЭТО ТОЖЕ ВАЖНО**

**Правила цитирования.** Цитата является точной, дословной выдержкой из какого-либо текста, включенного в собственный текст. Цитаты, как правило, приводятся только для подтверждения аргументов или описаний автора. При цитировании наибольшего внимания заслуживает современная литература и первоисточники. Вторичную литературу следует цитировать как можно экономнее, например, для того, чтобы оспорить некоторые выводы авторов.

**Изложение материала статьи.** Необходимо представлять своего читателя

и заранее знать, кому адресована статья. Автор должен так написать о том, что неизвестно другим, чтобы это неизвестное стало ясным читателю в такой же степени, как и ему самому. Автору оригинальной работы следует разъяснить читателю ее наиболее трудные места. Если же она является развитием уже известных работ (и не только самого автора), то нет смысла затруднять читателя их пересказом, а лучше адресовать его к первоисточникам. Важно показать авторское отношение к публикуемому материалу, особенно сейчас, в связи широким использованием Интернета. Необходимы анализ и обобщение, а также критическое отношение автора к имеющимся в его распоряжении материалам.

Главным в изложении, как отмечал еще А. С. Пушкин, являются точность и краткость. «Словам должно быть тесно, а мыслям просторно» (Н. А. Некрасов). Важны стройность изложения и отсутствие логических разрывов. Красной линией статьи должен стать общий ход мыслей автора. Текст полезно разбить на отдельные рубрики. Это облегчит читателю нахождение требуемого материала. Однако рубрики не должны быть излишне мелкими. [8]

**Терминология** Автор должен стремиться быть однозначно понятным. Для этого ему необходимо следовать определенным правилам:

- употреблять только самые ясные и недвусмысленные термины;
- не употреблять слово, имеющее два значения, не определив, в каком из них оно будет применено;
- не применять одного слова в двух значениях и разных слов в одном значении [1].

Не следует злоупотреблять иноязычными терминами. Как правило, они не являются синонимами родных слов, между ними обычно имеются смысловые оттенки.

**Язык изложения.** Научная статья должна быть написана живым, образным языком, что всегда отличает научные работы от не относящихся к таковым. Многие серьезные научные труды написаны так интересно, что читаются, как хороший детективный роман.

Необходимо безжалостно истреблять в тексте лишние слова: «в целях» вместо «для», «редакция просит читателей присылать свои замечания» (слово «свои» — лишнее), «весь технологический процесс в целом» и т. д. Следует также устранять всякие «загадочные» термины. Следует также избегать ненужной возвратной формы глаголов. Ее нужно применять, только когда речь идет о самопроизвольно протекающих процессах. Например, нужно сказать: «применяют метод вакуумного напыления», а не «применяется метод вакуумного напыления». Это позволяет различать «деталь нагревается» от «деталь нагревают», что устраняет неясности.

**Как писать?** Начинающему автору необходимо свыкнуться с мыслью, что подлинная работа над статьей начинается сразу после написания первого варианта. Надо безжалостно вычеркивать все лишнее, подбирать правильные выражения мыслей, убирать все непонятное и имеющее двойной смысл. Но и трех-четырёх переделок текста может оказаться мало.

Многие авторы придерживаются следующего способа написания научной статьи. Сначала нужно записать все, что приходит в голову в данный момент. Пусть это будет написано плохо, здесь важнее свежесть впечатления. После этого черновик кладут в стол и на некоторое время забывают о нем. И только затем начинается авторское редактирование: переделывание, вычеркивание, вставление нового материала. И так несколько раз. Эта работа заканчивается не тогда, когда в статью уже нечего добавить, а когда из нее уже нельзя ничего выбросить. «С маху» не пишет ни один серьезный исследователь. Все испытывают трудности при изложении.

Для того чтобы подчеркнуть направление вашей мысли при написании статьи и сделать более наглядной его **логическую структуру**, вы можете использовать различные вводные слова и фразы:

- 1) Во-первых,... Во-вторых,... В-третьих...

- 2) Кроме того
- 3) Наконец
- 4) Затем
- 5) Вновь
- 6) Далее
- 7) Более того
- 8) Вместе с тем
- 9) В добавление к вышесказанному
- 10) В уточнение к вышесказанному
- 11) Также
- 12) В то же время
- 13) Вместе с тем
- 14) Соответственно
- 15) Подобным образом
- 16) Следовательно
- 17) В сходной манере
- 18) Отсюда следует
- 19) Таким образом
- 20) Между тем
- 21) Тем не менее
- 22) Однако
- 23) С другой стороны
- 24) В целом
- 25) Подводя итоги
- 26) В заключение
- 27) Итак
- 28) Поэтому

Однако не следует злоупотреблять вводными фразами начинать с них каждое предложение.

### **Техническая сторона оформления статьи**

Правильно оформленная работа облегчает восприятие Вашей статьи. Есть некоторые правила, которых надо соблюдать:

- 1) после заголовка (подзаголовка), располагаемого посередине строки, точка не ставится. Также не допускается подчеркивание заголовка и переносы в словах заголовка;
- 2) страницы нумеруются в нарастающем порядке;
- 3) правила сокращения слов и словосочетаний. Применение сокращенных словосочетаний регламентируется ГОСТ 7.12-93 «Сокращение русских слов и словосочетаний в библиографическом описании». Кроме того, имеются общепринятые правила сокращения слов и выражений, применяемые при написании курсовых работ, рефератов, диссертаций, статей. При этом используются следующие способы:
  1. Пишут лишь первые буквы слова (например, "гл." - глава, "св." - святой, "ст." - статья).
  2. Оставляют лишь первую букву слова (например, век - "в.", год - "г.").
  3. Оставляют только часть слова без окончания и суффикса (например, "абз." - абзац, "сов." - советский).
  4. Пропускают сразу несколько букв в середине слова, а вместо них ставят дефис

(например, университет - "ун-т", издательство - "изд-во").

Нужно быть внимательным при использовании и таких трех видов сокращений, как буквенные аббревиатуры, сложносокращенные слова, условные географические сокращения по начальным буквам слов или по частям слов.

Таковыми аббревиатурами удобно пользоваться, так как они состояются из общеизвестных словообразований (например, "ВУЗ", "профсоюз"). Если необходимо обозначить свой сложный термин такой аббревиатурой, то в этом случае ее следует указывать сразу же после данного сложного термина. Например, "средства массовой информации (СМИ)". Далее этой аббревиатурой можно пользоваться без расшифровки.

При написании научных работ необходимо соблюдать общепринятые графические сокращения по начальным буквам слов или по частям таких слов: "и т.д." (и так далее), "и т.п." (и тому подобное), "и др." (и другое), "т.е." (то есть), "и пр." (и прочее), "вв." (века), "гг." (годы), "н.э." (нашей эры), "обл." (область), "гр." (гражданин), "доц." (доцент), "акад." (академик). При сносках и ссылках на источники употребляются такие сокращения, как "ст.ст." (статьи), "см." (смотри), "ср." (сравни), "напр." (например), "т.т." (тома).

Следует иметь также ввиду, что внутри самих предложений такие слова, как "и другие", "и тому подобное", "и прочее" не принято сокращать. Не допускаются сокращения слов "так называемый" (т.н.), "так как" (т.к.), "например" (напр.), "около" (ок.), "формула" (ф-ла).

Хорошо сделанная статья является логическим завершением выполненной работы. Поэтому, наряду с совершенствованием в исследовательской работе, необходимо постоянно учиться писать статьи. Подведем итог. Так как же работать над статьей?

- Определитесь, готовы ли вы приступить к написанию статьи и можно ли ее опубликовать в открытой печати.
- Составьте подробный план построения статьи.
- Разыщите всю необходимую информацию (статьи, книги, патенты и др.) и проанализируйте ее.
- Напишите введение, в котором сформулируйте необходимость проведения работы и ее основные направления.
- Поработайте над названием статьи.
- В основной части статьи опишите методику экспериментов, полученные результаты и дайте их физическое объяснение.
- Составьте список литературы.
- Сделайте выводы.
- Напишите аннотацию.
- Проведите авторское редактирование.
- Сократите все, что не несет полезной информации, вычеркните лишние слова, непонятные термины, неясности.

### 3. КОМПОНЕНТЫ МОНИТОРИНГА УЧЕБНЫХ ДОСТИЖЕНИЙ СТУДЕНТОВ

#### 3.1. Технологическая карта рейтинга дисциплины «Кризисное консультирование»

Наименование дисциплины/курса	Уровень/ступень образования (бакалавриат, магистратура)	Название цикла дисциплины в учебном плане	Количество зачетных единиц/кредитов
<b>Кризисное консультирование</b>	Магистратура	общенаучный цикл (вариативная часть)	<b>2 ЗЕТ</b>
Смежные дисциплины по учебному плану			
Предшествующие: Теория и практика психологического консультирования, Феноменология развития личности			
Последующие: Семейное консультирование, Возрастно-психологическое консультирование, Профессиональное консультирование, Психолого-педагогическое консультирование, производственная практика			

РАЗДЕЛ 1 Теория кризиса. Основы оказания психологической помощи в кризисных ситуациях			
	Форма работы	Количество баллов 20%	
		min	max
Текущая работа	Работа на семинаре	<b>2</b>	<b>4</b>
	Выполнение заданий 1 - 12	<b>12</b>	<b>16</b>
Итого:		<b>12</b>	<b>20</b>

РАЗДЕЛ 2 Кризисное консультирование типовых проблем			
	Форма работы*	Количество баллов 60%	
		min	max
Текущая работа	Работа на семинарах 2-8	<b>18</b>	<b>32</b>
	Выполнение заданий 13 – 24	<b>18</b>	<b>28</b>
Итого		<b>36</b>	<b>60</b>

Итоговый модуль			
Содержание	Форма работы	Количество баллов 20%	
		min	max
Тестирование	Решение тестовых заданий	<b>6</b>	<b>10</b>
Решение профессиональной задачи.	Решение профессиональной задачи.	<b>6</b>	<b>10</b>
Итого:		<b>12</b>	<b>20</b>

ДОПОЛНИТЕЛЬНЫЙ МОДУЛЬ			
	Форма работы	Количество баллов	
		min	max
1. Собеседование-коллоквиум (для студентов, не получивших баллов, соответствующих оценке «Удовлетворительно»).		<b>0</b>	<b>10</b>
2. Выполнение задания творческого характера (по согласованию с преподавателем).		<b>0</b>	<b>10</b>

Итого	<b>0</b>	<b>10</b>
Общее количество баллов по дисциплине (по итогам изучения всех модулей, без учета дополнительного модуля)	min <b>60</b>	max <b>100</b>

Соответствие рейтинговых баллов и академической отметки

Общее количество набранных баллов	Академическая отметки
0 - 59 баллов	«неудовлетворительно»
60-72 балла	«удовлетворительно»
73-86 баллов	«хорошо»
87-100 баллов	«отлично»

### 3.2. Фонд оценочных средств (контрольно-измерительные материалы)

## МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

## КРАСНОЯРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.П. Астафьева

Факультет начальных классов

Кафедра-разработчик: кафедра педагогики и психологии начального образования

УТВЕРЖДЕНО  
на заседании кафедры  
Протокол № 5  
от «16» мая 2018 г.  
Заведующий кафедрой

Мосина Н.А.



ОДОБРЕНО  
на заседании научно-методического совета  
специальности (направления подготовки)  
Протокол № 6  
от « 23 » мая \_\_\_\_\_ 2018 г.  
Председатель НМСС (Н)

Дуда И.В.



### ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся

Кризисное консультирование  
(наименование дисциплины/модуля/вида практики)

44.04.02 Психолого-педагогическое образование  
(код и наименование направления подготовки)

Мастерство психологического консультирования  
(направленность (профиль) образовательной программы)

Магистр  
(квалификация (степень) выпускника)

Составитель: Сафонова М.В.

### ЭКСПЕРТНОЕ ЗАКЛЮЧЕНИЕ НА ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Представленный фонд оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации соответствует требованиям ФГОС ВО и профессиональному стандарту «Педагог-психолог (психолог в сфере образования)», утвержденный приказом Министерства труда и социальной защиты Российской Федерации от 24 июля 2015 г. № 514н.

Предлагаемые формы и содержания оценочных средств аттестации адекватны целям и задачам реализации основной образовательной программы по направлению подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование, направленность (профиль) Мастерство психологического консультирования.

Оценочные средства и критерии оценивания представлены в достаточном объеме. Формы оценочных средств соответствуют основным принципам формирования оценочных фондов, закрепленным в локальных документах образовательной организации.

Разработанный и представленный для экспертизы фонд оценочных средств рекомендуется к применению в процессе подготовки по указанной программе.

Заместитель директора  
по научно-методической работе  
МАОУ «Гимназия № 5»  
г. Красноярск



М. И. Порошина

## 1. Назначение фонда оценочных средств

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

1.2. ФОС по дисциплине/модулю 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 универсальных и 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 44.04.02 Психолого-педагогическое образование (уровень магистратуры);
- образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 44.04.02. Психолого-педагогическое образование (уровень магистратуры);
- положения о формировании фонда оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной 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» утвержденного приказом ректора № 297 (п) от 28.04.2018.

## 2. Перечень компетенций подлежащих формированию в рамках дисциплины

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

- ОК-2 – готовность действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения;
- ОПК-5 – способность проектировать и осуществлять диагностическую работу, необходимую в его профессиональной деятельности;
- ПК-9 – способностью консультировать педагогических работников, обучающихся по вопросам оптимизации образовательной деятельно-

- сти;
- ДПК-5 – способность консультировать обучающихся, находящихся в кризисном состоянии, по их психологическим проблемам;
  - ДПК-12 – способность консультировать обучающихся по проблемам самопознания, профессионального самоопределения, личностным проблемам, вопросам взаимоотношений в коллективе и другим вопросам.

## 2.2. Оценочные средства

Компетенция	Дисциплины, практики, участвующие в формировании данной компетенции	Тип контроля	Оценочное средство/КИМ	
			Номер	Форма
ОК-2 – готов действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и профессионально-этическую ответственность за принятые решения.	Научные школы и теории в современной психологии, Философия и психология человека на современном этапе развития общества, Методы психолого-педагогических исследований, Практикум по психологическому консультированию, Теория и практика психологического консультирования, Основы индивидуальной и групповой супервизии, Нормативно-правовые основы работы психолога-консультанта, Бихевиоральный подход в психологическом консультировании, Экзистенциальный подход в психологическом консультировании, Когнитивный подход в консультировании, Гештальт-подход в консультировании, Кризисное консультирование, Профессиональное консультирование, Дистантное психологическое консультирование, Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности (учебная), Социальные основы профилактики экстремизма и зависимых форм поведения в молодежной среде, Правовые основы профилактики экстремизма и зависимых форм поведения в молодежной среде.	Текущий контроль	1	Задания для самостоятельной работы
			2	Работа на семинаре.
		Промежуточная аттестация	3	Тестирование
			4	Профессиональные задачи
			5	Рефлексивное эссе
ОПК-5 – способен проектировать и осуществлять диагностическую работу, необходимую в его профессиональной деятельности.	Методология и методы научного исследования (качественные и количественные методы), Психологическая диагностика в психологическом консультировании, Кризисное консультирование, Профессиональное консультирование, Возрастно-психологическое консультирование, Семейное консультирование, Организационное консультирование, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (производственная).	Текущий контроль	1	Задания для самостоятельной работы
			2	Работа на семинаре.
		Промежуточная аттестация	3	Тестирование
			4	Профессиональные задачи
			5	Рефлексивное эссе

ПК-9 – способен консультировать педагогических работников, обучающихся по вопросам оптимизации образовательной деятельности.	Практикум по психологическому консультированию, Теория и практика психологического консультирования, Основы индивидуальной и групповой супервизии, Речевая культура психолога-консультанта, Нормативно-правовые основы работы психолога-консультанта, Кризисное консультирование, Дистантное психологическое консультирование, Психолого-педагогическое консультирование, Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков, в том числе первичных умений и навыков научно-исследовательской деятельности (учебная), Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (производственная), Тренинг-семинар.			
ДПК-5 – способен консультировать обучающихся, находящихся в кризисном состоянии, по их психологическим проблемам.	Кризисное консультирование, Дистантное психологическое консультирование, Технологии группового психологического консультирования.	Текущий контроль  Промежуточная аттестация	1  2 3 4 5	Задания для самостоятельной работы  Работа на семинаре.  Тестирование  Профессиональные задачи  Рефлексивное эссе
ДПК-12 – способен консультировать обучающихся по проблемам самопознания, профессионального самоопределения, личностным проблемам, вопросам взаимоотношения в коллективе и другим вопросам.	Теория и практика психологического консультирования, Бихевиоральный подход в психологическом консультировании, Экзистенциальный подход в психологическом консультировании, Когнитивный подход в консультировании, Гештальт-подход в консультировании, Кризисное консультирование, Профессиональное консультирование, Дистантное психологическое консультирование, Технологии группового психологического консультирования, Основы клинической психологии, Психологическое здоровье и психосоматика, Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности (производственная).	Текущий контроль  Промежуточная аттестация	1  2 3 4 5	Задания для самостоятельной работы  Работа на семинаре.  Тестирование  Профессиональные задачи  Рефлексивное эссе

### 3. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

3.1. Фонд оценочных средств включает:

1. Итоговый тест по разделам дисциплины «Кризисное консультирование».
2. Профессиональные задачи.
3. Рефлексивное эссе.

3.2. Оценочные средства:

3.2.1. Оценочное средство «Итоговый тест по разделам дисциплины «Кризисное консультирование». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

Критерии оценивания по оценочному средству «Итоговый тест по разделам дисциплины «Кризисное консультирование».

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОК-2, ОПК-5, ПК-9, ДПК-12, ДПК-5.	Обучающийся обладает полными знаниями всех разделов дисциплины, способен решать тестовые задания на применение знаний, решил не менее 80% заданий в <i>каждом</i> и разделах.	Обучающийся обладает достаточными знаниями всех разделов дисциплины, способен решать тестовые задания на применение знаний, решил не менее 80% заданий в <i>во всех разделах, кроме одного</i> .	Обучающийся обладает знаниями основных положений дисциплины, способен решать тестовые задания на применение знаний, решил не менее 80% заданий как минимум в 4-х разделах из 6-ти.

#### Итоговый тест по дисциплине

Примерный вариант

##### *Инструкция магистру.*

Тест состоит из 50 заданий. На выполнение теста отводится 80 минут. Работа выполняется индивидуально, без использования дополнительных источников. Ответы должны быть однозначно читаемы (исправления не допускаются). Задание рекомендуется выполнять по порядку, не пропуская ни одного. Если задание не удастся выполнить сразу, перейдите к следующему. Если останется время, вернитесь к пропущенным заданиям.

Вопросы задания могут иметь несколько форм:

1. Закрытые вопросы предполагают только один правильный ответ.
2. Вопросы с множественным выбором предполагают выбор нескольких из предложенных вариантов.
3. Открытые формы заданий требуют вставить пропущенное слово, либо завершить предложение.
4. Вопросы на соотнесение предполагают установить связь понятия (буквенное обозначение в левой колонке) с его особенностями, признаками, характеристиками (цифровое обозначение в правой колонке), например: А – 1, Б – 4 и т.д. В некоторых заданиях на одно понятие может приходиться несколько признаков, например: А – 2, 5,

Б – 1, 3, 4.

5. Вопросы на определение последовательности предполагают составление буквенного ряда.

1. Целеполагающим фактором психологического консультирования является:

- а) желание консультанта осуществить психологическую помощь
- б) желание клиента изменить что-то в своей жизни
- в) потребность в общении
- г) потребность в самоактуализации

2. Напишите в правильной последовательности этапы кризисного психологического консультирования: \_\_\_\_\_

3. Перечислите основные требования к психологическому контракту:

4. Определите сферу компетентности клиента и консультанта при заключении психологического контракта: \_\_\_\_\_

5. Если клиент заявляет о своем решении прекратить консультирование (терапию), что должен сделать консультант? \_\_\_\_\_

6. Назовите направления в зависимости от цели консультирования:

- а) помочь пациенту вспомнить, восстановить и реинтегрировать бессознательный материал, чтобы настоящая жизнь могла стать более удовлетворительной – \_\_\_\_\_
- б) изменение жизненного стиля на более адаптивный – \_\_\_\_\_
- в) расширение осознания человеком своих глубинных внутренних ощущений, исследование того, как потребности, желания и чувства кодируются в разных телесных состояниях – \_\_\_\_\_
- г) сформировать творческий подход к жизни – \_\_\_\_\_
- д) понять, как используемые клиентом суждения определяют его болезненное состояние, и научиться правильным способам познания – \_\_\_\_\_

7. Перечислите критерии оценки эффективности консультирования (психотерапии):

8. Выберите 5 характеристик квалифицированного психолога:

- а) помогая клиенту в достижении целей, следует склонностям клиента.
- б) способен работать в рамках одной концепции.
- в) работает в рамках одной культуры
- г) рассматривает теорию как отражение реальности.
- д) понимает, что его собственные убеждения основаны на манере мышления и вытекают из его культурной и половой принадлежности.
- е) действует, не признавая своих ограничений, работает без наблюдения.
- ж) отрицает, что клиент находится под его влиянием во время консультирования.
- з) честно общается с клиентом, использует множество моделей поведения.
- и) проводит совместную работу с другими психологами по части теории, концепций, консультирования.
- к) преследует собственные цели, не в состоянии дать направление и поддержку клиенту.
- л) придает большое значение деталям из жизни клиента.

9. Назовите известные Вам подходы к теории кризиса: \_\_\_\_\_

10. Состояние эмоциональной и умственной дезорганизации личности, возникающее в результате действия одного или нескольких травмирующих факторов, называется:

- а) эмоциональный стресс
- б) кризисное состояние
- в) внутренний конфликт
- г) посттравматическое стрессовое расстройство

11. Выберите из приведенных ниже определений два, которые относятся к психологическому подходу в понимании кризиса:

- а) Кризис – острое эмоциональное состояние, возникающее при блокировании целенаправленной жизнедеятельности человека; дискретный момент развития личности.
  - б) Кризис – реакция на опасные события, которая переживается как болезненное состояние.
  - в) Кризис – это опасная возможность с сопутствующей тревогой.
  - г) Кризис – это реакция личности на критическую ситуацию, которая выражается в неспособности личности разрешить эту ситуацию в короткое время и привычным способом; субъективно кризис переживается как «тупик».
  - д) Кризисная ситуация – ситуация повышенного риска, предрасполагающая к возникновению реакций дезадаптации.
12. Перечислите структурные компоненты критической ситуации (по Ф.Е. Василюку) и расставьте их в порядке возрастания.
13. Метод оказания психологической помощи человеку, находящемуся в кризисном состоянии, называется:
- а) кризисная интервенция
  - б) экстренная психологическая помощь
  - в) психотерапия
  - г) все ответы верны
14. Цель кризисной интервенции:
- а) создание возможностей для работы над проблемой
  - б) разрешение кризисной ситуации
  - в) разрешение ранее нерешенных «исторических» проблем
  - г) верны все варианты ответа
15. Объектом работы при кризисной интервенции является:
- а) модель поведения в кризисных ситуациях
  - б) интенсивные чувства, спровоцированные конкретным травмирующим событием
  - в) нерешенные «исторические» проблемы
  - г) способы разрешения кризисной ситуации
16. Задачами кризисной интервенции является:
- а) выражение сильных, интенсивных эмоций
  - б) восстановление контроля над своим состоянием
  - в) профилактика острых панических реакций, психогенных нервно-
  - г) психических нарушений
  - д) психотерапия пограничных нервно-психических нарушений
17. Какие три из перечисленных принципов относятся к кризисной интервенции:
- а) краткосрочность
  - б) интенсивность и безопасность
  - в) реалистичность
  - г) приближенность к месту событий
  - д) простота использования
  - е) симптомоцентрированный контроль
  - ж) обеспечение свободы клиента
18. Приведите по 1-2 примера на:
- а) закономерный тип кризиса
  - б) вероятностный тип кризиса
19. Кризисное состояние с точки зрения интегральной концепции кризиса имеет системный характер и включает следующие уровни(перечислить):
20. Перечислите несколько отличий экстренной психологической помощи от обычной.
21. Какие из следующих принципов относятся к оказанию экстренной психологической помощи:
- а) безотлагательность
  - б) приближенность к месту событий (минимизация «госпитализма»)
  - в) использование современных методов психологической помощи

- г) ожидание, что нормальное состояние восстановится
  - д) единство и простота психологического воздействия
  - е) работа с симптомом, а не с синдромом
  - ж) верны все варианты ответа, кроме «в»
  - з) верны все варианты ответа, кроме «д»
22. Общей задачей суицидального поведения является:
- а) сообщение о своем намерении
  - б) сужение когнитивной сферы
  - в) прекращение потока сознания невыносимой боли
  - г) бегство от решения проблемы
23. Неверным стереотипом (мифом) в отношении суицида является следующее утверждение:
- а) «знания о том, куда следует обратиться за помощью, могут предотвратить много самоубийств»
  - б) «разговоры о суициде могут способствовать его совершению»
  - в) «суицидент всегда дает знать о своих намерениях»
  - г) «суицидные попытки совершают только психологически слабые люди»
24. Дайте определение насилия.
25. Какие стадии входят в цикл домашнего насилия (перечислить): \_\_\_\_\_
26. Трафик – это:
- а) один из видов насилия
  - б) метод психологической помощи пострадавшим от насилия
  - в) название групп психологической реабилитации для пострадавших от насилия
  - г) это понятие не имеет отношения к психологии.
27. Какие из перечисленных задач относятся к паллиативной помощи:
- а) организация ухода за больными
  - б) создание качества жизни для больных
  - в) сведение к минимуму страданий больных
  - г) верны все варианты ответа
28. Объясните принцип отсутствия идеологического давления на больного в рамках паллиативной помощи
29. Как вы думаете, должен ли умирающий человек знать правду о своем диагнозе? Если «да», то при каких условиях? Если «нет», то почему?
30. Какие методы психологической помощи можно использовать в работе с больными на терминальной стадии болезни? Перечислите.
31. В чем, на Ваш взгляд, заключается духовный аспект работы с умирающими?
32. Определенный синдром с психологической и соматической симптоматикой, длящийся примерно 3-4 месяца – это:
- а) болезненные реакции горя
  - б) посттравматический стрессовый синдром
  - в) острое горе
  - г) кризисное состояние
33. Выберите из перечисленных симптомов те, которые относятся к симптомам болезненного горя:
- а) депрессивные переживания
  - б) отсрочка реакции
  - в) отсутствие аппетита
  - г) психосоматические заболевания
  - д) появление у клиента симптомов последнего заболевания умершего
  - е) жалобы на потерю сил, истощение, бессонницу
34. Пять стадий воздействия на личность известия о смерти впервые описаны у:
- а) С. Грофа
  - б) И. Ялома

в) Э. Кублер-Росс

г) Ф.Е. Василюка

35. Перечислите пять стадий воздействия на личность известия о смерти в порядке их описания в психологической литературе.

36. Назовите известные Вам патологические реакции горевания у детей.

37. При посттравматическом стрессовом расстройстве (ПТСР) психические нарушения (например, галлюцинации, депрессия) – это:

а) «нормальная реакция на ненормальную ситуацию»

б) симптомы психического заболевания у клиента, требующие переадресации к психиатру

в) проявление психологической защиты

г) все ответы верны

38. Факторами риска возникновения ПТСР являются:

а) низкий уровень образования

б) интенсивность и внезапность психотравмирующей ситуации

в) хронический стресс

г) слабый тип нервной системы

39. Какие стратегии являются наиболее эффективными для преодоления состояния ПТСР:

а) целенаправленное возвращение к воспоминаниям о травмирующем событии в целях его анализа и полного осознания всех обстоятельств травмы

б) осознание клиентом (носителем травматического опыта) значения травмирующего события

в) избегание упоминаний о травме

г) все ответы верны

40. Опишите, в чем заключается ключевой момент психотерапии клиента с ПТСР (какая цель должна быть достигнута в ходе работы).

41. Психологическая помощь при ПТСР должна быть ориентирована на:

а) снижение тревоги

б) восстановление чувства личностной целостности и контроля над происходящим

в) выработку адаптивной модели поведения

г) снятие симптомов психического расстройства

42. Информирование клиента о характере и особенностях протекания переживаемого им посттравматического стрессового расстройства является при оказании психологической помощи:

а) недопустимым

б) одной из задач помощи

в) допустимым, но при определенных условиях

43. Целенаправленное возвращение клиента с ПТСР к воспоминаниям о травмирующем событии является:

а) одной из стратегий психологической помощи и непременным условием для интеграции опыта

б) дополнительным психотравмирующим воздействием на личность клиента

в) проявлением непрофессионализма психолога

г) ни один ответ не верен

44. Опишите особенности посттравматического синдрома у детей по сравнению со взрослыми (2-3 отличительных признака)

45. Экстремальные кризисные события, обладающие мощным негативным воздействием и требующие от человека экстраординарных усилий по совладанию с ними, называются:

а) стрессогенные ситуации

б) травматические ситуации

в) чрезвычайные ситуации

г) верны все варианты ответов

46. Изменения во внутреннем опыте консультанта, которые возникают в результате его эмпатической вовлеченности в отношения с клиентом, переживающим травматическое состояние, называются:

- а) профессиональный стресс
- б) эмоциональное выгорание
- в) вторичная травма
- г) личностная деформация

47. Как вы считаете, может ли помогающий специалист избежать вторичной травматизации? Почему?

48. Какими способами психолог-консультант может защитить себя от вторичной травмы?

49. Работа с высвобождением чувств, эмоций клиента уместна в случаях, когда:

- а) отсутствует конкретный запрос, проблема
- б) игнорируется активное вмешательство психолога
- в) клиент только что пережил эмоционально напряженную ситуацию
- г) все ответы верны

50. Выяснение скрытых мыслей и чувств через рефлексирование переживаний и чувств возможно, если:

- а) обращать внимание на слова и выражения, употребляемые для определения чувств; уточнять эмоционально насыщенные слова;
- б) отслеживать невербальные реакции клиента, замечать несоответствие вербальных и невербальных сообщений передаваемому значению;
- в) точно идентифицировать и воссоздавать эмоции собеседника, проникаться его состоянием;
- г) все ответы верны.

51. Продолжите перечень объективных характеристик чрезвычайных ситуаций:

- 1) степень экстремальности воздействия;
- 2) возраст индивида;
- 3) материальное положение человека или семьи.

52. Вставьте пропущенные слова:

У человека разрушается привычная \_\_\_\_\_, вместе с ней – вся система жизненных координат. Экстремальные ситуации разрушительно действуют на человека, дезорганизуют его поведение и могут привести к нарушению базовых структур всей его личностной организации – \_\_\_\_\_.

53. Вставьте пропущенные слова:

Экстремальное состояние паники – это временное переживание \_\_\_\_\_ страха, определяющее \_\_\_\_\_ поведение людей, иногда с полной потерей самообладания, \_\_\_\_\_ к реагированию на призывы и изменения чувства долга и чести.

54. Какие из перечисленных кризисов относятся к нормативным:

- а) кризис среднего возраста;
- б) кризис адаптации к жизни после развода;
- в) кризис отказа от материнства;
- г) кризис подросткового возраста;
- д) кризис самоопределения личности;
- е) кризис идентичности;
- ж) кризис заболевания ребенка;
- з) кризис выхода на пенсию.

55. Продолжительность основных фаз в рассматриваемой периодизации сопоставима с ориентировочным временем установленными Православием днями поминовения усопших – девятый, сороковой дни и первая годовщина. Какая фаза сколько длится (естественно, приблизительно)?

- а) шок и оцепенение;
- б) фаза поиска;

- в) фаза острого горя;
- г) фаза остаточных толчков и реорганизации;
- д) фаза завершения.
56. Продолжите перечень значений:
- а) стресс как событие;
- б) стресс как промежуточная переменная;
- в) стресс как транзактный процесс;
57. Существует несколько классификаций стрессоров. Одна из них основана на участии стрессоров в организации эмоционально-стрессовой реакции у человека. Всего выделяется четыре группы стрессоров: а) стрессоры активной деятельности, б) стрессоры оценок, в) стрессоры рассогласования деятельности, г) физические и природные стрессоры. Разнесите перечисленные ниже стрессоры по предложенным группам.
- 1) стрессоры предстоящих состязаний;
- 2) стрессор сильного звука, качки, жары и т.д.;
- 3) стрессоры зрелищ;
- 4) стрессоры психосоциальной мотивации (соревнования, конкурсы, экзамены);
- 5) стрессор конфликта в семье;
- 6) стрессор сенсорной депривации;
- 7) стрессор заболевания;
- 8) стрессор успеха в искусстве;
- 9) стрессор подводных погружений или парашютных прыжков;
- 10) стрессор любви;
- 11) стрессор ожидания угрозы;
- 12) стрессор ограничения обычной сферы общения и деятельности и т.д.
58. Дополните недостающую стадию стресса в соответствии с концепцией «общего адаптационного синдрома» Г. Селье:
- 1) стадия тревоги, которая состоит из фаз «шока» и «противошока»;
- 2) стадия .....
- 3) стадия истощения.
59. ПТРС – это \_\_\_\_\_ реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у любого человека, такой как природные и техногенные катастрофы, боевые действия, пытки, изнасилования и др.
59. Критерий ПТРС по DSM-IV С. (постоянное избегание стимулов, связанных с травмой, и numbing – блокировка эмоциональных реакций, оцепенение (не наблюдалось до травмы) определяется по наличию перечисленных ниже особенностей, за исключением:
- а) усилия по избеганию мыслей, чувств или разговоров, связанных с травмой.
- б) повторяющиеся тяжелые сны о событии.
- в) заметно сниженный интерес или участие в ранее значимых видах деятельности.
- г) чувство отстраненности или «отдаленности» от других людей.
- д) чувство отсутствия перспективы.
- е) сниженная выраженность аффекта.
60. ПТСР – это синдром, обусловленный следующими психосоциальными факторами, за исключением:
- а) уровень интеллектуального развития человека.
- б) природа происходящего события.
- в) свойства травмированной личности.
- г) характеристики окружения.
- д) материальные возможности.
61. Выделите основные последствия физического насилия над детьми:
- а) импульсивность поведения.
- б) повышенная активность.

- в) отсутствие доверия к людям.
- г) депрессии.
- д) снижение способности к самовыражению.

62. Н.В. Тарабрина (2008, С.13) в автореферате докторской диссертации пишет о том, что «интериоризация травматического воздействия происходит на разных иерархических уровнях психики человека в зависимости от типа стрессоров: «событийных» и «невидимых». «Событийный» стресс вызван переживанием непосредственно воспринимаемого стрессора через органы чувств, «невидимый» стресс обусловлен субъективно-эмоциональным реагированием на имеющиеся у данного человека знания об угрозе жизни, которой он подвергается. Психологическая картина посттравматического стресса при воздействии разных типов стрессоров «событийного» и «невидимого» - различна». Распределите предложенные стрессоры на «событийные» и «невидимые»:

- а) участники боевых действий.
- б) стихийные бедствия и катастрофы.
- в) беженцы
- г) потеря близкого человека.
- д) тяжелое физическое заболевание (например, онкология).
- е) физическое и сексуальное насилие.
- ж) радиационная угроза

1) 3.2.2. Оценочное средство **«Профессиональные задачи»**. Разработчик: доцент, к.п.с.н., М.В. Сафонова.

#### Критерии оценивания решения ситуационной задачи

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОК-2, ОПК-5, ПК-9, ДПК-12, ДПК-5.	Обучающийся дает комплексное решение предложенной задачи, с учетом всех условий; демонстрирует знание теоретического материала с учетом междисциплинарных связей; делает правильный выбор и дает аргументацию тактики действий; полные ответы на дополнительные вопросы преподавателя.	Обучающийся дает комплексное решение предложенной задачи, с учетом всех условий; испытывает незначительные затруднения при ответе на теоретические вопросы; неполное раскрытие междисциплинарных связей; делает правильный выбор тактики действий; дает логическое обоснование с дополнительными комментариями преподавателя.	Обучающийся испытывает затруднения с комплексным решением предложенной задачи; дает неполный ответ, требующий наводящих вопросов преподавателя; делает выбор тактики действий в соответствии с ситуацией, но аргументация затруднена, возможна при наводящих вопросах преподавателя.

Примеры профессиональных задач

### Задача 1.

Познакомьтесь с содержанием определенного случая из практики психолога. Сформулируйте гипотезы о причинах (проблемах). Наметьте некоторые возможные рекомендации или пути психологического воздействия.

Сергей, 25 лет, разведен.

В свои 25 лет я чувствую, что прожил большую часть своей жизни впустую. К настоящему моменту я бы хотел уже закончить университет и работать, а вместо этого я всего лишь студент. У меня мало друзей, я испытываю страх и робость со сверстниками или людьми старше меня. Я чувствую себя хорошо с детьми, потому что они ещё искренни. Одна из моих проблем — я много курю и, бывает, выпиваю. В основном это случается, когда мне одиноко и кажется, что я всегда буду никому не нужным. Я боюсь людей вообще, но особенно сильных и привлекательных женщин. Возможно, я всегда думаю о том, что они меня оценивают, и боюсь, что они считают меня недостаточно мужественным. Мне кажется, что я не соответствую их ожиданиям в отношении мужчины. Я действительно далек от образца мужской «модели». У меня не мужественное лицо, я довольно мягок в обращении и часто задумываюсь, соответствую ли я вообще современным представлениям о мужском идеале.

Довольно часто меня охватывает тревога, особенно по ночам. Иногда мне хочется куда-нибудь сбежать, чтобы никто меня не видел. Часто я страдаю от того, что считаю себя неудачником. Я вообще часто заикливаюсь на себе, на мыслях о собственной бесполезности. В такие моменты я себя ненавижу. Мне кажется в тяжёлые минуты, что лучше мне вообще было не родиться или даже что лучше — умереть. Тогда бы я по крайней мере перестал страдать. Если быть откровенным, я не могу сказать, что кого-нибудь когда-нибудь любил всей душой. Да и меня никто никогда не любил по-настоящему.

Что было у меня в прошлом? Какие наиболее значительные события и поворотные моменты моей жизни? Главным поворотным моментом было, как ни странно, общение с командиром взвода в армии, молоденьким лейтенантом. Он воодушевил меня на поступление в университет, он говорил, что видит во мне способности, требуемые для работы с подростками. Мне трудно было вначале поверить в это, но его вера помогла мне. Следующим значительным событием была моя женитьба и развод. Наши семейные взаимоотношения длились недолго, жена ушла от меня. Это было страшным ударом по моему мужскому самолюбию. Она была очень сильной женщиной, доминантный тип. Жена не упускала случая подчеркнуть, что я — «не деловой», «не мужик». С тех пор я опасаясь сближаться с женщинами из-за страха, что они меня станут подавлять.

Мои родители часто ссорились. Кроме того, мои «предки» всегда сравнивали меня не в мою пользу со старшим братом, который был «замечательным» ребенком, удачливым и прилежным учеником. Я сам не знаю как случилось, что я оказался неудачником.

Я помню, отец кричал: «Ты что, тупой? Соображать надо! Идиот ненормальный! Ты никогда ничего не добьёшься!». Моя мать обходилась со мной так же, как она обходилась с отцом. «Ты — тряпка, а не мужчина. Когда ты уже вырастешь и уедешь? Хоть глаза не будешь мозолить, чтоб сердце моё не болело!». Вот что я от неё слышал. Помню, мне было лет 10 или 12, я пытался заснуть ночью, чувствуя себя совершенно ненужным. Мне хотелось построить свой домик и в нем жить.

У меня, по-моему, классический комплекс неполноценности. Мне бы хотелось уважать себя больше. Надеюсь, что я смогу научиться любить. Мне хочется также избавиться от чувства вины и тревожности и относиться к себе, как нормальные люди. Я действительно хочу стать хорошим детским консультантом, а для этого мне надо глубоко понять себя. Правда, я не совсем определился, что это означает. Но знаю твердо, что мне нужно освободиться от саморазрушительных склонностей и научиться больше доверять людям. Может быть, вы сможете мне помочь».

## Задача 2.

Познакомьтесь с содержанием определенного случая из практики психолога. Сформулируйте гипотезы о причинах (проблемах). Наметьте некоторые возможные рекомендации или пути психологического воздействия.

Ирине 25 лет. Она замужем 6 лет. Детей нет. Два раза была беременна, и дважды дело заканчивалось выкидышем. Муж — инженер. Поженились в 1986 году, в феврале, в Припяти, где Ирина работала учительницей младших классов, а муж, Володя, электриком на ЧАЭС. После аварии им дали квартиру в Киеве и прописку (временную) до 31 декабря 1991 г. За это время необходимо принять решение: либо Володя остаётся в Славутиче, сохраняя все льготы работника атомной станции и, естественно, получая постоянную прописку, либо освободить жилплощадь и устраиваться в жизни самостоятельно. Сейчас Ирина не работает вот уже полгода, стаж у неё прервался. Володя пока ездит на вахты, но в связи с обострившейся хронической пневмонией серьёзно подумывает о том, чтобы бросить эту работу и уехать к родителям в Крым.

Монолог Ирины у психолога (очень робко, неуверенно):

И. Добрый день! Вы уже свободны? Можно сесть?

П. Да, пожалуйста. Слушаю Вас!

И. (Плачет, вначале тихо, затем громче, почти рыдает). Плачет, не обращая внимания на психолога, примерно 5 минут. Нервно ищет платочек, комкает... Прячет лицо в ладонях... Наконец, первое высказывание: «Что мне делать?»

П. (Участливо смотрит ей в глаза, молчит).

И. (Снова всхлипывает, плачет, затем рыдает... Извиняется И снова плачет).

П. Что у Вас случилось?

И. (Сквозь слезы): «Ничего... жизни нет... Понимаете, мы с Володей поженились в 1986 году, зимой. А тут — авария. Я была в положении. А у меня выкидыш... (Плачет). Мы только-только обустраиваться начали. А тут... Авария... Эвакуация... Нас в гостинке поселили. Прописка временная... Через 2 месяца заканчивается. А мужу сказали: будешь в Славутиче — дадим квартиру, не будешь — сам устраивайся. Он на вахте работает. Две недели там, две недели дома. Придёт домой, набычится, не подступиться. Я к нему подойду спросить, а он грубо так, знаете, ответит... Я потом еще забеременела, а у меня опять выкидыш... (Плачет). Жизни нет... А сейчас он заболел, в больнице лежит, пневмония у него обострилась. Я пришла к нему в больницу, а он (плачет) разговаривать не хочет... Я думаю... Может, говорю, у тебя кто есть. А он зло так посмотрит, как скажет, так страшно делается. Пошла ты, говорит, отсюда. Сил нет... Что делать?.. Семья валится... Я не работаю уже полгода. Денег у меня нет. А он почти не даёт. Как на них прожить? Не могу я больше... Я к родителям поехала, когда он на вахте был, а отец говорит: езжай в семью. А где же она, моя семья? Не знаю просто... Привязчивая я. Привязалась я к нему.. Если бы дети были... А так, кому я нужна? Не знаю просто... (Плачет). Я в школе работать не смогла. Слишком большая нервная нагрузка. А сейчас — и рада бы, да нет места... Что делать?».

## Задача 3.

Познакомьтесь с содержанием определенного случая из практики психолога. Сформулируйте гипотезы о причинах (проблемах). Наметьте некоторые возможные рекомендации или пути психологического воздействия.

Здравствуйте! Мне 15, меня раздражает абсолютно все! Моя семья, моя квартира, моя комната, моя жизнь!!! Даже такое ощущение, что я саму себя раздражаю... И меня это все ужасно бесит. Что делать? Я понимаю, что надо учиться! И хочу учиться, правда, желание ужасно большое учиться!!! Но не могу, уже месяц не хожу, меня скоро отчислят!!! Я это понимаю, но все равно не хожу! Просто не могу, не

знаю почему!!! Не то что не хочу... Не могу! Что делать??? Помогите!!!

#### Задача 4.

Разработайте памятку-руководство для родителей и педагогов «Как помочь ребенку справиться с психологической травмой?» в случае получения психологической травмы при кризисных или чрезвычайных ситуациях, потери близких, насилия.

#### Задача 5.

Разработайте памятку-руководство для детей и подростков «Как помочь самому себе справиться с психологической травмой?» в случае получения психологической травмы при кризисных или чрезвычайных ситуациях, потери близких, насилия.

#### Задача 6.

Предложите комплекс диагностических приемов для проведения обследования в параллели 9 классов по диагностике подросткового кризиса.

3.2.3. Оценочное средство «**Рефлексивное эссе**». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

Критерии оценивания по оценочному средству «**Рефлексивное эссе**»

Формируемые компетенции	Высокий уровень сформированности компетенций	Продвинутый уровень сформированности компетенций	Базовый уровень сформированности компетенций
	(87-100 баллов) отлично/зачтено	(73-86 баллов) хорошо/зачтено	(60-72 баллов)* удовлетворительно/зачтено
ОК-2, ОПК-5, ПК-9, ДПК-12, ДПК-5.	Обучающийся <b>понимает</b> важность применения знаний кризисного консультирования в профессиональной деятельности, может привести примеры из личного или наблюдаемого опыта, способен оценить уровень знаний психологического консультирования, владение навыками проектирования и ведения работы, которые соотносятся с профессиональными стандартами, инди-	Обучающийся <b>понимает</b> важность применен кризисного знания консультирования в профессиональной деятельности, может привести примеры из личного или наблюдаемого опыта, способен оценить уровень знаний психологического консультирования, владение навыками проектирования и ведения работы, но затрудняется соотносить с профессиональными стандар-	Обучающийся <b>понимает</b> важность применения знаний кризисного консультирования в профессиональной деятельности, может привести примеры из личного или наблюдаемого опыта, способен оценить уровень знаний психологического консультирования, владение навыками проектирования и ведения работы, но затрудняется соотносить цели и задачи изучения дисциплины с с профессиональными стандартами, ин-

	<p>видуальными профессиональными потребностями и дефицитами.  <b>Умеет планировать</b> цели и задачи дальнейшего образования.</p>	<p>тами, индивидуальными профессиональными потребностями и дефицитами.  <b>Умеет планировать</b> обобщенные цели и задачи дальнейшего образования.</p>	<p>дивидуальными профессиональными потребностями и дефицитами.  <b>Умеет планировать</b> обобщенные цели и задачи дальнейшего образования.</p>
--	---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

## **Рефлексивное эссе «Кризисное консультирование как сфера моей профессиональной деятельности»**

### **Требования к написанию эссе**

Эссе – это авторское произведение (связный текст), отражающий позицию автора по какому-либо актуальному вопросу (проблеме).

Цель эссе – высказать свою точку зрения и сформировать непротиворечивую систему аргументов, обосновывающих предпочтительность позиции, выбранной автором данного текста.

### **Эссе включает в себя следующие элементы:**

1. Введение. В нем формулируется тема, обосновывается ее актуальность, раскрывается расхождение мнений, обосновывается структура рассмотрения темы, осуществляете переход к основному суждению.
2. Основная часть. Включает в себя:
  - формулировку суждений и аргументов, которые выдвигает автор, обычно, два-три аргумента;
  - доказательства, факты и примеры в поддержку авторской позиции;
  - анализ контраргументов и противоположных суждений, при этом необходимо показать их слабые стороны.
3. Заключение. Повторяется основное суждение, резюмируются аргументы в защиту основного суждения, дается общее заключение о полезности данного утверждения.

### **Оформление материалов эссе**

Объем эссе – до 3 - 5 страниц машинописного текста в редакторе Word. Шрифт: Times New Roman, кегль – 12, интервал – одинарный. Все поля по 20 мм.

Вверху слева указывается фамилия, имя, отчество автора эссе. Далее через один интервал - название эссе жирным шрифтом. Затем через один пропущенный интервал располагается текст.

### **Критерии оценки материалов эссе**

При оценивании материалов необходимо учитывать следующие элементы:

1. Представление собственной точки зрения (позиции, отношения) при раскрытии проблемы.

2. Раскрытие проблемы на теоретическом уровне (в связях и с обоснованиями) или на бытовом уровне, с корректным использованием или без использования научных понятий в контексте ответа на вопрос эссе.

3. Аргументация своей позиции с опорой на факты педагогической социальной действительности или собственный опыт.

Все эти элементы должны быть изучены и оценены экспертами.

Основные критерии и уровни оценки	Баллы
1. Демонстрирует понимание важности знаний психологического консультирования в контексте профессиональной деятельности.	<p><b>2 балла</b> – представлено обоснование важности наличия знаний и умений кризисного консультирования для успешной деятельности педагога-психолога, представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) на значимость тех или иных знаний и умений.</p> <p><b>1 балл</b> – магистр указывает на важность наличия знаний и умений кризисного консультирования для успешной деятельности психолога, присутствует собственная позиция, но аргументация неубедительная или отсутствует.</p> <p><b>0 баллов</b> – понимание важности и умений кризисного консультирования для успешной деятельности психолога, носит обобщенный, не ясно выражена собственная позиция.</p>
2. Раскрывает проблему на теоретическом уровне (в связях и с обоснованиями) или на бытовом уровне, с корректным использованием или без использования научных понятий в контексте ответа на вопрос эссе.	<p><b>2 балла</b> – проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и обоснованиях, с корректным использованием научных терминов и понятий в контексте ответа.</p> <p><b>1 балл</b> – проблема раскрыта при формальном использовании научных терминов.</p> <p><b>0 баллов</b> – проблема обозначена на бытовом уровне; проблема не раскрыта, или сформулировано мнение без аргументов.</p>
3. Аргументация своей позиции с опорой на факты психологической социальной действительности или собственный опыт.	<p><b>2 балла</b> – дана аргументация своего мнения с опорой на факты психологической социальной действительности или личный социальный опыт.</p> <p><b>1 балл</b> – аргументация неубедительная или отсутствует.</p> <p><b>0 баллов</b> – аргументация своего мнения дана вне контекста проблемы.</p>
<b>Итого: высокий уровень</b>	<b>5-6</b>
<b>продуктивный уровень</b>	<b>3-4</b>
<b>базовый уровень</b>	<b>1-2</b>

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

4.1. Фонды оценочных средств включают:

- Задания для самостоятельной работы магистров
- Критерии оценки работы на семинаре.

4.2.1. Критерии оценивания по оценочному средству «Задания для самостоятельной работы магистров»:

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
<b>Способен</b> анализировать информацию, выделять главное, систематизировать.	5
<b>Способен</b> применять знания кризисного консультирования при решении задач профессиональной деятельности.	17
<b>Способен</b> проводить самоанализ поведения и деятельности в контексте знаний кризисного консультирования.	6
<b>Способен</b> выполнять рефлексию собственного процесса обучения по дисциплине.	6
<b>Владеет</b> письменной коммуникацией (грамотность, стиль, логика изложения).	5
<b>Обладает</b> личностными компетенциями (ответственность).	5
Максимальный балл	44

4.2.2. Критерии оценивания по оценочному средству «Работа на семинаре и практическом занятии»

Критерии оценивания	Количество баллов (вклад в рейтинг)
1. Навыки ведения научной дискуссии, активная позиция в обсуждении докладов	6
2. Логика изложения материала, лаконичность выступления.	4
3. Аргументированное и обоснованное представление основных положений.	4
4. Построение доклада с учетом особенностей аудитории.	4
5. Применение информационных технологий с учетом особенностей восприятия аудитории (оформление презентации, раздаточного материала, читаемость текста, четкость представленных данных).	4
6. Умение работать в команде, навыки совместной деятельности.	6
7. Владение методами, техниками и приемами активного обучения.	8
Максимальный балл	36

## 5. Оценочные средства (контрольно-измерительные материалы)

5.1. Оценочное средство «**Задания для самостоятельной работы**». Разработчик: доцент, к.пс.н., М.В. Сафонова.

### **Задание 1.**

Дайте определение понятий «повседневная (обыденная) жизненная ситуация» и «трудная жизненная ситуация». Проанализируйте соотношение этих понятий, укажите существенные признаки трудной жизненной ситуации.

### **Задание 2.**

Приведите примеры трудных жизненных ситуаций по критерию уровня объективной сложности.

1. Ситуации первого типа:  
неприятности обыденной жизни;

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

2. Ситуации второго типа – трудные и экстремальные ситуации, которые приводят к разрыву жизненного пути личности и провоцируют жизненный кризис. К таким ситуациям относятся:

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

### **Задание 3.**

Приведите пример счастливого события как вариант трудной ситуации и проанализируйте его.

### **Задание 4.**

Общеизвестно, что стрессогенность события определяется его восприятием индивидом. Чем можно объяснить устойчивость некоторых личностей или, наоборот, повышенную чувствительность к стрессам у детей и подростков? Аргументируйте свое мнение.

### **Задание 5.**

При каких обстоятельствах смена школы может стать серьезной психотравматизацией для детей и подростков? Рассмотрите возможные варианты. Сформулируйте обращение психолога к родителю, информирующее о возможной или произошедшей психотравматизации. Аргументируйте свое мнение.

### **Задание 6.**

Может ли развод родителей или запугивание ребенка в школе без применения реального физического вреда приводить к возникновению посттравма-

тического стресса у детей и подростков? Аргументируйте свое мнение.

### **Задание 7.**

Можно ли отнести воспитание вне семьи к кризисной ситуации для ребенка? Какие условия воспитания и обучения в интернате или детском доме можно отнести к стрессорам и какие к стабилизирующим? Аргументируйте свое мнение.

### **Задание 8.**

Обычно у детей-сирот можно наблюдать следующие модели семьи:

- 1) положительная модель, в основе которой лежит идеализация проживания с родителями, воспоминания о положительных эмоционально-насыщенных отношениях с родными и установка на воссоединение с родителями и/или иными родственниками (при этом, около 90% детей – так называемые «социальные сироты» при живых родителях, которые или отказались от воспитания детей или были решением суда лишены родительских прав вследствие аморального образа жизни);
- 2) отрицательная модель, где на первый план выступает «отрицание», т.е. дети могут четко сказать какими не должны быть мать, отец и иные родственники, какой не должна быть воспитательная практика родителей в отношении детей и т.д., но представления о том, какой семья должна быть носят расплывчатый характер;
- 3) недифференцированная модель, где дети понимают, что семья в которой они жили не является хорошей, тем не менее собираются в дальнейшем жить одной семьей с некоторыми членами семьи (обычно исключается отец) и заботиться о них.

Какие стрессоры лежат в основе каждой из перечисленных моделей семьи у детей-сирот и с какими последствиями воздействия стрессоров, с большой долей вероятности, они столкнутся в дальнейшем? Дайте объяснение в русле психоаналитического, когнитивного, бихевиористического, гуманистического подходов.

### **Задание 9. Особенности диагностики кризисных состояний**

На выбор создайте мини-брошюры с диагностическим инструментарием по психодиагностике:

- 1) кризисных состояний подростков;
- 2) стрессовых состояний у дошкольников в результате насильственных действий со стороны взрослых и более старших детей;
- 3) стрессовых состояний у лиц, переживающих утрату близких (для определенного возраста);
- 4) стрессовых состояний у детей и подростков в результате развода родителей;
- 5) лиц, переживших чрезвычайные ситуации природного характера;
- 6) лиц, переживших чрезвычайные ситуации техногенного характера;

- 7) лиц, переживших чрезвычайные ситуации социального характера (террористические акты, нападения).

### **Задание 10.**

Составьте аннотированный каталог психотехник, которые может применять психолог в индивидуальной и /или групповой работе с лицами, находящимися в кризисных ситуациях.

Каждое упражнение, вносимое в каталог, следует снабдить описанием: цель и предполагаемый психологический эффект, необходимое оборудование и материалы, ориентировочная продолжительность выполнения, ход упражнения, возможные модификации, психологический комментарий ведущему, показания и ограничения для применения (возраст участников, особенности психического состояния), ссылка на источник.

Возможные рубрики каталога:

- психодрама
- ролевое моделирование
- когнитивно-поведенческая терапия
- психосинтез
- гештальт-терапия,
- танцевально-двигательная терапия,
- арттерапия
- дневники, письма, аффирмации как приемы самостоятельной работы между встречами с психологом.

При составлении каталога следует отдать предпочтение упражнениям, дающим комплексный психологический эффект, предполагающим возможность модификации в зависимости от особенностей группы, имеющим широкую область применения. Не лишними будут опора на собственную психологическую интуицию, учёт своих возможностей как ведущего, перспективное планирование работы в области активного обучения.

### **Задание 11. Экстренная помощь в кризисных ситуациях**

Сформулируйте основные принципы работы с кризисными клиентами на Телефоне доверия.

Из каталога, составленного в задании 10, отберите психотехники, которые могут быть использованы при консультировании по телефону или дистанционно в сети Интернет. Аргументируйте свой выбор.

### **Задание 12. Дебрифинг**

**Дебрифинг** — это групповая форма кризисной интервенции; это особо организованное и четко структурированное обсуждение в группах людей, совместно переживших катастрофу или трагическое событие.

Составьте план проведения дебрифинга с учетом разворачивающихся фаз. Для каждой фазы продумайте вопросы для участников, варианты информирования о происходящем, рекомендации по самопомощи и структурированию поведения, возможные раздаточные материалы.

Фазы дебрифинга:

1. Вступление.
2. Факты.
3. Мысли.
4. Чувства.
5. Симптомы
6. Обучение.
7. Заключение.

## Базовый модуль 2.

**Задание 13. Анализ индивидуального опыта переживания и преодоления кризисных ситуаций** (на основе авторской анкеты Бакановой А.А. «Экзистенциальность в кризисных ситуациях (ЭКС)»).

Инструкция: Перечислите и занесите в графу специальной таблицы те кризисные ситуации, которые переживались Вами в течение последних пяти лет. Далее каждую из перечисленных кризисных ситуаций оцените по ряду параметров (например, сила кризисной ситуации, успешность её преодоления, активность в преодолении, задействованность внутренних и внешних ресурсов и др.) с помощью шкалы от 1 до 10 баллов, где 1 б. – наименьшая степень присутствия данного параметра, а 10 б. – наибольшая.

После работы с анкетой можно подсчитать средние баллы по каждому столбцу таблицы и проанализировать, какая экзистенциальная проблема чаще всего оказывается затронутой в кризисной ситуации, степень использования личностью внутренних и внешних ресурсов для разрешения ситуации, степень разрешения в целом кризисных ситуаций за последние 5 лет и др. Напишите эссе, отражающее индивидуальный опыт преодоления кризисных ситуаций и их значение на протяжении жизненного пути.

Проведите анкету с любым выбранным Вами человеком. Обсудите с ним получившиеся результаты. Отрефлексируйте сделанные выводы. Обсудите выполненное задание в группе.

1. Каждый человек в своей жизни переживает различные кризисные ситуации. Кризисная ситуация для меня – это ситуация, которая

---

2. Перечислите, пожалуйста, Ваши первые 5 ассоциаций на слова «кризисная ситуация».

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_

3. Перечислите жизненные ситуации, которые, на Ваш взгляд, являются кризисными: \_\_\_\_\_

4. Вспомните и запишите в графу 2 таблицы те кризисные ситуации, ко-

торые Вы непосредственно переживали в течение своей жизни (желательно не менее 3 – 5 ситуаций).

5. В графе 3 таблицы оцените от 1 до 10 баллов силу каждой из перечисленных Вами кризисных ситуаций (то есть, насколько эмоционально сильно Вы переживали каждую кризисную ситуацию), где: 1 балл – «Я чувствовал легкий дискомфорт»; 10 баллов – «Я долго горевал».

6. В графе 4 таблицы оцените степень Вашей активности в преодолении каждой кризисной ситуации от 1 до 10 баллов, где: 1 балл – «Я ничего не сделал для того, чтобы преодолеть кризисную ситуацию»; 10 баллов – «Я сделал все, что мог для преодоления кризисной ситуации».

7. В графе 5 таблицы оцените от 1 до 10-баллов, в какой степени Вы преодолели (разрешили) каждую кризисную ситуацию, где: 1 балл – «Ситуация продолжает быть для меня актуальной, она еще не разрешена»; 10 баллов – «Ситуация перестала быть для меня актуальной, она полностью разрешена».

8. В графе 6 таблицы оцените от 1 до 10 баллов, насколько успешно, на Ваш взгляд, Вы преодолели каждую кризисную ситуацию, где: 1 балл – «Ситуация была разрешена мною крайне неуспешно»; 10 баллов – «Ситуация была разрешена мною настолько успешно, насколько это возможно».

9. В графе 7 таблицы оцените от 1 до 10 баллов степень использования Вами внешних ресурсов (то есть поддержки друзей, родственников, специалистов) для преодоления кризисной ситуации.

10. В графе 8 таблицы оцените от 1 до 10 баллов степень использования Вами внутренних ресурсов (то есть, личностного потенциала, различных способов самопомощи) для преодоления кризисной ситуации.

11. В графах 9 – 12 таблицы оцените от 1 до 10 баллов степень «экзистенциальности» каждой кризисной ситуации (то есть, насколько каждая кризисная ситуация затрагивает, на Ваш взгляд, ту или иную экзистенциальную проблему), где: 1 балл – «Кризисная ситуация эту экзистенциальную проблему абсолютно не затронула»; 10 баллов – «Кризисная ситуация была полностью связана с этой экзистенциальной проблемой».

К экзистенциальным проблемам относятся:

Графа 9 – «Отношение к жизни и смерти»;

Графа 10 – «Наличие /отсутствие смысла»;

Графа 11 – «Ответственность – свобода»;

Графа 12 – «Изоляция - общение».

12. Народная пословица гласит: «Нет худа без добра», и это говорит о том, в кризисной ситуации есть положительные стороны. Что, на Ваш взгляд, Вы приобрели (какой дар получили) в результате разрешения кризисной ситуации?

13. А чем, на Ваш взгляд, Вы за это заплатили (что потеряли)?

---

14. Если в ходе заполнения этой анкеты у Вас возникли какие-то пожелания или впечатления, предлагаем Вам поделиться ими:

---

№	Кризисная ситуация	С	А	СП	У	ВР	Вн	Экзистенциальность				Дар	Потеря
								Ж-С	См	О-С	Из		

#### **Задание 14. «Личная и профессиональная позиция консультанта при работе с кризисными состояниями»**

Ответьте на Опросник (по А.Н. Моховикову) и незаконченные предложения по теме: «Личная и профессиональная позиция консультанта при работе с кризисными состояниями». Отрефлексируйте получившийся результат.

#### **Опросник «Личная и профессиональная позиция консультанта при работе с кризисными состояниями»**

Инструкция: Оцените, насколько Вы согласны с приведенными ниже высказываниями: 0-не согласен, 1 – не уверен в ответе, 2 – полностью согласен.

Утверждения	Степень согласия
1. Если человек говорит о самоубийстве, он пытается привлечь к себе внимание. Это может превратиться в шантаж.	
2. Склонность к самоубийству – явление преимущественно наследуемое.	
3. Разговоры о суициде могут способствовать его совершению.	
4. Покушающиеся на самоубийство на самом деле желают умереть.	
5. Самоубийство невозможно предотвратить.	
6. Самоубийства и суицидальные попытки – явления одного порядка.	
7. Самоубийство случается без каких-либо предупреждений.	
8. Те, кто кончают с собой, в основном психически ненормальны.	
9. Если человек в прошлом совершил суицидную попытку, то больше подобное никогда не повторится.	
10. Все приводящие к самоубийству действия являются импульсивными.	
11. Самоубийцы редко обращаются за помощью.	

1. Когда я слышу о том, что кто-то хочет покончить жизнь самоубийством, я думаю про этого человека \_\_\_\_\_

2. Когда кто-то говорит о смерти (своей собственной или чужой), я чувствую, что \_\_\_\_\_

3. Когда клиент плачет, я обычно \_\_\_\_\_

4. Как консультант я чувствую себя небезопасно (или даже беспомощно) в ситуации, когда \_\_\_\_\_

5. Самым сложным при работе с кризисными ситуациями для меня является \_\_\_\_\_

6. Ценности, которые я хочу реализовать в своей работе консультанта

---

7. Самым главным для меня как для профессионала, помогающего людям в кризисных ситуациях, является \_\_\_\_\_

### **Задание 15.**

К травматическому опыту у детей относят переживания, связанные со стихийными природными бедствиями, с авариями, с насилием в семье, образовательном учреждении, на улице, с тяжелыми заболеваниями, включая детей-инвалидов, дети-сирот и т.д.

Какой травматический опыт обычно приводит к более тяжелым последствиям у детей? Аргументируйте свое мнение.

### **Задание 16.**

Дж. Гринберг предлагает модель стресса, состоящую из следующих последовательных фаз: жизненная ситуация, восприятие ситуации как стрессовой, эмоциональное возбуждение, физиологическое возбуждение, последствия.

Предложите барьеры каждой из перечисленных пяти фаз, которые не дадут развиться стрессу, тем самым снизят негативные последствия в ситуациях отрыва от родительского дома в связи с обучением в другом городе, потери места работы, расставания с любимым человеком и т.д. Аргументируйте свое мнение.

### **Задание 17. Идеи для действия**

Посетите веб-сайт Канадской коалиции против смертной казни ([www.ccadp.org](http://www.ccadp.org)) и прочитайте письма заключенных. Затем напишите письмо одному из приговоренных к смертной казни: на данном сайте есть информация о том, как стать друзьями по переписке и как связаться с местной ассоциацией организации «Международная амнистия». Обсудите в группе.

### **Задание 18. Идеи для действия**

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

### **Задание 19.**

В целом этапы психологической помощи людям, переживающим потерю близких, соответствуют трем этапам кризисного консультирования: принятие реакции на кризисную ситуацию, переживание чувств, обретение смысла. Применительно к ситуации утраты эти этапы можно представить в виде последовательно осуществляемых консультантом задач:

1. Описание ситуации утраты.
2. Принятие противоречивой реакции на потерю.
3. Вербализация эмоционального состояния человека.
4. Понимание значимости потери.

### 5. Ожидание и поддержка активности.

Составьте круг вопросов для решения каждой задачи, подберите необходимые психотехнические материалы с учетом возраста предполагаемого клиента.

#### **Задание 20.**

Обобщите на основе имеющейся литературы (в том числе диссертационных исследований) и электронных публикаций опыт по психологической помощи детям, в кризисной ситуации:

- 1) проживающим в условиях палаточных лагерей временного проживания;
- 2) вынужденных переселенцев из «горячих точек»;
- 3) в ситуации тяжелого заболевания ребенка (сахарным диабетом, онкопатологией и т.п.);
- 4) переживающим горе в ситуации утраты близких;
- 5) в ситуации насилия;
- 6) содержащимся в приюте;
- 7) в экстремальной ситуации (на примере захвата заложников в Беслане);
- 8) при посттравматическом стрессе;
- 9) при суицидальном поведении в детском и подростковом возрасте.

Подготовьте аннотированный библиографический указатель по теме и презентацию своей работы в группе.

#### **Задание 21.**

Сравните протекание ПТСР у детей и взрослых. Аргументируйте свое мнение.

Признаки ПТСР у детей согласно классификатору DSM-IV.

**Критерий А.** Ребенок пережил травматический эпизод, выходящий за пределы его обычного жизненного опыта. Переживания сопровождались интенсивными негативными эмоциями, такими как ужас, чувство беспомощности. У детей также может наблюдаться дезорганизованное или ажитированное поведение.

**Критерий В.** У ребенка наблюдается навязчивое воспроизведение травматического эпизода, проявляющееся в повторяющихся воспоминаниях, мыслях, действиях, снах о травматической ситуации или пугающих снах без определенного содержания. Воспроизведение травматической ситуации у детей младшего возраста может проявляться также и в ее проигрывании.

**Критерий С.** Упорное избегание стимулов, связанных с травмой и скованность общего реагирования (не наблюдаемое до травмы), например, попытки избегать мыслей, чувств или разговоров, связанных с травмой; попытки избегать деятельности, мест или людей, которые могли бы пробудить воспоминания о травмирующей ситуации; неспособность вспомнить важные аспекты травмы; заметное уменьшение интереса или участия в значимой ранее деятельности; потеря приобретенных навыков; ощущение отчужденности от других; ощущение укороченной временной перспективы. Это ощущение проявляется в

том, что дети не только не могут представить себя взрослыми, но и не могут представить более близкие перспективы (1-2 года).

Критерий D. Устойчивые симптомы возрастающего напряжения (не наблюдаемые до травмы). Например, у ребенка появляются проблемы со сном; он становится раздражительным; возникают трудности концентрации внимания; а также гипербдительность, преувеличенная реакция страха.

Критерий F. Нарушения вызывают заметные расстройства в учебе, общении и других значимых сферах деятельности.

Предложите техники помощи и самопомощи детям и взрослым, целесообразные при проявлении того или иного критерия.

### **Задание 22. Творческая работа «Письмо психолога»**

Для обозначения этой работы существует много терминов – «психотерапевтическое письмо», «психотерапевтическая переписка», «письменная психологическая помощь», «терапия письмом», «скрибиотерапия».

1. Для каждой предложенной ситуации определите тип переживаемого кризиса.
2. Напишите письмо одному из следующих клиентов:
  - подростку 15 лет, который ненавидит людей;
  - женщине 40 лет, которая панически боится приближения старости и возможного одиночества;
  - папе девочки 7 лет, который не живет с ней;
  - девушке (25 лет), которая очень беспокоится за своего брата (17 лет), употребляющего наркотики;
  - девушке 16 лет, которая боится, что не переживет разрыв отношений со своим молодым человеком, который ее бросил;
  - женщине 36 лет, которая устала от семейной жизни, постоянных обязанностей и необходимости все делать самой и которая хочет найти «внутреннюю свободу»;
  - маме мальчика 7 лет, которая не знает, как сказать сыну о смерти его отца, с которым она в разводе, но которого мальчик очень любит;
  - женщине 38 лет, у которой сын (13 лет) около года постоянно играет на компьютере, из-за чего в школе у него одни двойки и его оставляют из-за этого на второй год;
  - девушке (18 лет), которая живет с молодым человеком (25 лет) и яростно ненавидит его мать, хотя та живет на Украине и «ничего плохого им не сделала»;
  - бездетной женщине (46 лет), которая практически парализована. Врачи по состоянию здоровья сделали ей прогноз еще на 1 год жизни; она этого не знает, но догадывается. Думает о смерти, но говорить об этом боится.
  - маме мальчика 9 лет, который не хочет быть мальчиком;

- бабушке (63 года), которая одна воспитывает 8-ми летнюю внучку, и терпение ее «уже на пределе»;
- молодому директору школы (32 года), который не знает, как завоевать авторитет у педагогов;
- отцу семейства (39 лет), который потерял работу и мучительно переживает свою вынужденную безработицу.

### 3. Опорные пункты для написания письма:

- 1) обратите внимание на важность установления контакта и эмпатического отношения к клиенту;
- 2) сообщите безоценочную психологическую информацию;
- 3) обозначьте распределение ответственности;
- 4) уточните возможности психолога и адресата;
- 5) обозначьте свою позицию через обратную связь;
- 6) постарайтесь выразить клиенту вашу поддержку;
- 7) наметьте перспективы адресата;

#### 1. Конкретные приемы, которые использует консультант, давая клиенту обратную связь:

- Пересказ – цитирование того, что было написано клиентом.
- Уточнение (обращение к клиенту с просьбой что-то дополнить и разъяснить).
- Дальнейшее развитие мысли собеседника (письменное изложение подтекста, выдвижение гипотез относительно причин произошедшего или дальнейшего хода событий)
- Сообщение о восприятии консультантом состояния клиента, зеркальное отражение его чувств.
- Сообщение о восприятии консультантом самого себя и своих чувств в данной ситуации
- Замечания о ходе письменного диалога (при получении повторных писем)

#### Примечания:

1. Эту работу можно написать как в виде письма, так и в виде алгоритма проведения сессии. В этом случае к «опорным пунктам» добавляются следующие:
  - возможные пути и направления работы;
  - гипотезы и их проверка;
  - первичный и предполагаемый истинный запрос;
  - возможный контракт и его изменение в связи с обнаружением истинного запроса.
2. После написания письма опишите свои чувства, мысли, телесные ощущения, впечатления, трудности, сложности, озарения и т.п. – т.е. все, что сопровождало вас в процессе написания этой работы.
3. Объем работы – не менее 3-х страниц.

### **Задание 23.**

Создайте мини-брошюру «Психологическая помощь в кризисной и/или

чрезвычайной ситуации»

Формат мини-брошюры – 1/3 листа формата А4 (двухсторонняя печать).

Для создания брошюры необходимо выбрать тему и целевую группу (для кого предназначена).

Брошюра должна содержать в себе следующую информацию:

1. «Титульный лист» с названием и/или обращением к целевой группе. Для оформления титульного листа брошюры можно использовать фотографии и рисунки.
2. Краткое вступление, обоснование значимости проблемы в обществе, семье или опасности игнорирования данной темы.
3. Определение психологической проблемы, ее краткое описание (например, формы насилия, мифы о насилии, стадии переживания развода и т.д.)
4. Описание «симптомов», по которым можно продиагностировать данный кризис (например, черты суицидального поведения у подростков или признаки насилия у детей)
5. Рекомендации по психологической помощи или самопомощи (что необходимо делать в данной ситуации и чего следует избегать).
6. Координаты специалистов, к которым можно обратиться за помощью (адреса, телефоны, Интернет-сайты, e-mail).
7. Авторство (магистрант указывает ФИО и текущий год).

Необходимо обратить внимание на следующие аспекты работы:

- «Язык» брошюры должен соответствовать особенностям целевой группы (то есть быть понятным для тех, кому она предназначена).
- Брошюра должна содержать основную информацию, но не должна быть переполнена текстом.
- Оформление брошюры (расположение текста, выбор шрифтов и картинок, сочетание цветов и т.д.) должно быть аккуратным и гармоничным (в соответствии с законами восприятия).
- Основное содержание брошюры должно отвечать этическим нормам психолога (применение принципов «не навреди (безопасности)», и «обеспечение свободы клиента»), показывать возможности разрешения ситуации и выхода из нее (использование принципов позитивности и потенциальности).

## **Задание 24.**

Создайте аннотированный каталог Интернет-ресурсов по выбранной проблеме.

Рекомендации по аннотированию Интернет-ресурсов.

Оформление работы:

1. Работа должна иметь титульный лист, согласно требованиям к оформлению научных работ.

2. Весь текст должен быть оформлен единообразно (шрифт, интервал, абзацы, поля и т.д.), согласно требованиям к оформлению научных работ. В работе не допускается соединение различно отформатированных текстов, механи-

чески скопированных с сайтов!

3. Работу необходимо подготовить в двух вариантах: бумажном и электронном.

Содержание работы:

Для анализа необходимо выбрать не менее 7 сайтов по тематике курса (уточняется с преподавателем) и описать их по следующей схеме:

1. Название сайта и ссылка на него.
2. Основная идея сайта (чему посвящен).
3. Основные разделы сайта (перечислить, указать ссылки).
4. Дать краткую аннотацию информации, представленной на сайте, освещающей то или иное направление психологической помощи в кризисных ситуациях (0,5 – 1 страница). Если на сайте присутствуют статьи и публикации, раскрыть их основное содержание (выбрать 2-3 основных).

5. Раскрыть практическую значимость сайта:

- возможность использовать при подготовке лекций, практических занятий, для самообразования студентов;
- наличие ссылок на центры психологической помощи и специалистов;
- возможность обратиться за консультацией к специалисту или записаться в группу;
- наличие конкретных упражнений, практик, заданий, иллюстрирующих данное направление либо направленных на самопомощь.
- Привести в качестве примеров материал, отражающий практическую значимость (упражнения, игры, схемы, рисунки, таблицы, психодиагностические методики, рекомендации и т.д.)

6. Описать научную значимость (качество и обоснованность представленной на сайте информации, ссылки на первоисточники, общий уровень сайта).

7. Привести в работе (в письменном и электронном виде) иллюстрации, фотографии, таблицы, картинки, портреты ученых и психологов и т.д., размещенные на сайте и имеющие ценность для лекций и практических занятий по дисциплине.

8. Дать собственную оценку информации, представленной на сайте по 5-ти балльной шкале: а) Практическая значимость, б) Научная значимость, в) Возможности использования материалов сайта в образовательном процессе.

## **ПРИМЕРНАЯ ПРОБЛЕМАТИКА ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ЗАДАНИЙ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

1. Психофизиологические и психологические показатели и уровни стресса.
2. Стрессоустойчивость и ее критерии.
3. Групповая кризисная психотерапия.
4. Психотерапевтические приемы в кризисном консультировании.
5. Методы оказания экстренной психологической помощи.

6. Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях.
7. Психология терроризма и консультирование жертв террористических актов.
8. Психологический дебрифинг.
9. Методы и методики психологической диагностики в кризисном консультировании.
10. Посттравматическое стрессовое расстройство, диагностические критерии, основные направления реабилитации.
11. Психосоматические расстройства. Диагностика и консультирование при психосоматических реакциях на кризисную ситуацию.
12. Кризисная помощь семье с ребенком с ограниченными возможностями здоровья.
13. Нарушения психического и физического развития у детей, переживших насилие (физическое/ сексуальное насилие/ насилие в школе).
14. Психологическая помощь лицам, пережившим насилие.
15. Суицидальная мотивация и психологическая работа с ней.
16. Основные принципы работы по предотвращению суицида.
17. Условия, способствующие проживанию горя. Психологическое консультирование детей, переживших горе.
18. Психологическая помощь лицам, переживающим утрату.
19. Использование принципов паллиативной помощи в поддержке умирающих и их родственников.
20. Методы психологической помощи, используемые в работе с больными на терминальной стадии болезни.
21. Вторичная травматизация.
22. Супервизия и ее роль в кризисном консультировании.
23. Методы самопомощи в критических жизненных ситуациях.



### 3.3. Анализ результатов обучения и перечень корректирующих мероприятий по учебной дисциплине

#### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2017/2018 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Изменены часы, отводимые на изучение дисциплины, согласно учебному плану.
2. Включен ФОС.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования 15.05.2017 г. протокол № 4

Внесенные изменения утверждаю:

Заведующий кафедрой



Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 6 от 23 мая 2017 г.

Председатель НМСС (Н)



Ю.Р. Юденко

### Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в рабочей программе дисциплины на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

3. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
4. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.
5. В фонд оценочных средств внесены изменения в соответствии с приказом «Об утверждении Положения о фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой (государственной итоговой) аттестации» от 28.04.2018 № 297 (п)

Рабочая программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования 16.05.2018 г. протокол № 5

Заведующий кафедрой

  
ПОДПИСЬ

Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 6 от 23 мая 2018 г.

Председатель НМСС (Н)

  
ПОДПИСЬ

И.В. Дуда

### **Лист внесения изменений**

Дополнения и изменения рабочей программы на 2018/2019 учебный год

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

1. На титульном листе РПД и ФОС изменено название ведомственной принадлежности «Министерство науки и высшего образования» на основании приказа «о внесении изменений в сведения о КГПУ им. В.П. Астафьева» от 15.07.2018 № 457 (п).

## Лист внесения изменений

Дополнения и изменения в учебной программе на 2019/2020 учебный год

В рабочую программу дисциплины вносятся следующие изменения:

1. Список литературы обновлен учебными и учебно-методическими изданиями, электронными образовательными ресурсами. Обновлен перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем.
2. Обновлен перечень лицензионного программного обеспечения.

Учебная программа пересмотрена и одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии начального образования от 08 мая 2019 г., протокол № 5.

Заведующий кафедрой



Н.А. Мосина

Одобрено научно-методическим советом специальности (направления подготовки) 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование»

Протокол № 6 от 23 мая 2019 г.

Председатель НМСС (Н)



И.В. Дуда

**КАРТА ЛИТЕРАТУРНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**Кризисное консультирование**

**Направление подготовки: 44.04.02 Психолого-педагогическое образование,**  
**направленность (профиль) образовательной программы: «Мастерство психологического консультирования»**  
**по заочной форме обучения**

Наименование	Место хранения/ электронный адрес	Кол-во экземпляров /точек доступа
<b>ОСНОВНАЯ ЛИТЕРАТУРА</b>		
Волкан, В. Жизнь после утраты: Психология горевания / В. Волкан, Э. Зинтл ; пер. К.В. Куркин. - Москва : Когито-Центр, 2007. - 154 с. - ISBN 978-5-89353-213-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=56415">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=56415</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Кочюнас, Р. Психологическое консультирование и групповая психотерапия [Текст] : учебное пособие / Римантас Кочюнас. - 5-е изд. - М. : Академический Проект : Гаудеамус, 2005. - 464 с.	Научная библиотека	63
Тарабрина, Н.В. Психология посттравматического стресса. Теория и практика / Н.В. Тарабрина ; ред. А.Л. Журавлев. - Москва : Институт психологии РАН, 2009. - 305 с. - ISBN 978-5-9270-0143-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87071">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87071</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Шаров, А.С. Жизненный кризис в развитии личности [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. С. Шаров ; Омский гос. пед. ун-т. - Омск : ОмГПУ, 2005. - 167 с. - Библиогр. в конце глав. - Режим доступа: <a href="https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5929/read.php">https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5929/read.php</a>	Межвузовская электронная библиотека	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ ЛИТЕРАТУРА</b>		
Абрамова, Г.С. Психологическое консультирование [Текст] : теория и опыт : учебное пособие для студентов высших педагогических учебных заведений / Г. С. Абрамова. - М. : Академия, 2001. - 240 с.	Научная библиотека	15
Бион, У.Р. Научение через опыт переживания / У.Р. Бион ; пер. А. Шуткова. - Москва : Когито-Центр, 2008. - 128 с. - (Библиотека психоанализа). - ISBN 978-5-89353-257-9 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=144858">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=144858</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ

Психотерапия [Текст] : учебник / ред. Б. Д. Карвасарский. - 3-е изд., доп. - СПб. : Питер, 2008. - 672 с. - (Национальная медицинская библиотека).	Научная библиотека	20
Шихи, Г. Возрастные кризисы [Текст] : ступени личностного роста / Г. Шихи. - СПб. : Каскад, 2005. - 436 с.	Научная библиотека	4
<b>УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ</b>		
Колесникова, Галина Ивановна. Психологическое консультирование [Текст] : учебник / Г. И. Колесникова. - 2-е изд. - Ростов н/Д : Феникс, 2006. - 283 с. - (Высшее образование). - Библиогр.: с. 277.	Научная библиотека	105
Молодцова, Т.Д. Профилактика суицида подростков : научно-методическое пособие / Т.Д. Молодцова, М.М. Русинова, С.Ю. Шалова. - Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. - 148 с. : табл. - Библиогр.: с. 61-62. - ISBN 978-5-4475-8157-2 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=496778">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=496778</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Штумф, Валентина Оскаровна. Практикум по психологическому консультированию и психотерапии [Текст] : методическое пособие / В. О. Штумф, Ж. Г. Дусказиева. - Красноярск : КГПУ им. В. П. Астафьева, 2009. - 80 с.	Научная библиотека	34
Бодров, В.А. Психологический стресс. Развитие и преодоление / В.А. Бодров. - Москва : ПЕР СЭ, 2006. - 528 с. - ISBN 5-9292-0146-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=233346">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=233346</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Губина, С.Т. Психологическое консультирование семьи в ситуации ненормативного кризиса [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / С. Т. Губина ; Глазовский гос. пед. ин-т. - Глазов : ГГПИ, 2011. - 112 с. - Библиогр. в конце гл.. - Режим доступа: <a href="https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/7255/read.php">https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/7255/read.php</a>	Межвузовская электронная библиотека	Индивидуальный неограниченный доступ
Копытин, А.И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса / А.И. Копытин. - Москва : Когито-Центр, 2014. - 208 с. : схем., ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-89353-420-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271650">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=271650</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Попов, Ю.В. Суицидальное поведение у подростков : монография / Ю.В. Попов, А.А. Пичиков. - Санкт-Петербург : СпецЛит, 2017. - 368 с. : табл., схем. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-299-00891-3 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=485713">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=485713</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ

Совладающее поведение. Современное состояние и перспективы / ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. - Москва : Институт психологии РАН, 2008. - 481 с. - (Интеграция академической и университетской психологии). - ISBN 978-5-9270-0141-5 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87069">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=87069</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
Формирование жизнестойкости и совладания с трудными жизненными и стрессовыми ситуациями детей и подростков в образовании [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / [сост. М. В. Шамардина, Т. А. Матерова, Н. А. Першина] ; Алтайский гос. ун.-т, Алтайский гос. гуманитар.-пед. ун.-т. - 2-е изд. - Бийск : АГГПУ, 2016. - 190 с. - Библиогр.: с. 168-172. - Режим доступа: <a href="https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5593/read.php">https://icdlib.nspu.ru/view/icdlib/5593/read.php</a>	Межвузовская электронная библиотека	Индивидуальный неограниченный доступ
Эффективная терапия посттравматического стрессового расстройства / ред. Ф. Эдны, М.М. Теренса, Ф. Мэтью ; пер. Н.В. Тарабрина. - Москва : Когито-Центр, 2005. - 467 с. - ISBN 5-89353-155-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=144942">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=144942</a>	ЭБС «Университетская библиотека онлайн»	Индивидуальный неограниченный доступ
<b>Информационные справочные системы и профессиональные базы данных</b>		
Электронный каталог КГПУ им. В.П. Астафьева [Электронный ресурс]: система автоматизации библиотек «ИРБИС 64»: база данных содержит сведения о книгах, брошюрах, диссертациях, компакт-дисках, статьях из научных и журналов. Электрон. Дан. Красноярск, 1992 Режим доступа: <a href="http://library.kspu.ru">http://library.kspu.ru</a> .	<a href="http://library.kspu.ru">http://library.kspu.ru</a> .	свободный
Elibrary.ru [Электронный ресурс]: электронная библиотечная система : база данных содержит сведения об отечественных книгах и периодических изданиях по науке, технологии, медицине и образованию / Рос. Информ. Портал. Москва, 2000. Режим доступа: <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a> .	<a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>	свободный
East View : универсальные базы данных [Электронный ресурс] : периодика России, Украины и стран СНГ . Электрон.дан. ООО ИВИС. 2011.	<a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>	Индивидуальный неограниченный доступ
Межвузовская электронная библиотека (МЭБ)	<a href="https://icdlib.nspu.ru/">https://icdlib.nspu.ru/</a>	Индивидуальный неограниченный доступ

\_\_\_\_\_  
главный библиотекарь  
должность структурного подразделения)

  
(подпись)

/ Шарапова И.Б.  
(Фамилия И.О.)

**КАРТА МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ ДИСЦИПЛИНЫ**  
для магистров

**Направление подготовки 44.04.02 Психолого-педагогическое образование**  
**Направленность (профиль) образовательной программы**  
**Мастерство психологического консультирования**  
**по заочной форме обучения**

Аудитория	Оборудование
	Аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 0-13	Учебная доска - 1 шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 0-14	Маркерная доска -1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 0-15	Учебная доска -1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-01	Компьютер - 4 шт., МФУ - 1шт., Принтер - 2 шт., проектор - 1шт., Ноутбук - 2шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-02	Компьютер - 13шт., экран - 1шт., Проектор - 1шт., учебные картины - 18шт., учебная доска - 1шт., магнитно-маркерная доска - 1шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-03	Экран - 1шт., Проектор - 1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-04	Ноутбук - 12шт., экран - 1шт., доска учебная - 1шт., доска маркерная - 1шт., сейф для хранения зарядки ноутбуков, МФУ - 1шт., интерактивная доска с проектором - 1шт., стол для инвалида-колясочника 1000*600рег. - 1шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-09	Экран - 1шт., Проектор - 1шт., учебная доска - 1шт., учебные картины
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-10	Компьютер - 13шт., проектор - 1шт., интерактивная доска -1шт., доска учебная - 1шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)

г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-15	Мобильный экран - 1шт., учебные картины - 15шт., учебная доска - 1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-01	Компьютер - 7шт., копировальный аппарат - 1шт., Принтер - 3шт., Планшет - 1шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-02	Проектор - 1шт., Экран - 1шт., интерактивная доска - 1шт., компьютер - 1шт. ПО: LinuxMint – (Свободная лицензия GPL)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-03	Телевизор - 1шт., учебная доска - 1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-05	Доска учебная - 1 шт., проектор - 1шт., Экран - 1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-08	Проектор - 1шт., Экран - 1шт., учебная доска - 1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-09	Переносной экран - 1шт., учебная доска - 1 шт., информационные стенды по истории образования
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-10	Экран - 1шт., Проектор - 1шт., учебная доска - 1шт.
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-12	Компьютер - 10шт., мобильный экран - 1шт., учебная доска - 1шт., фортепиано - 1шт., проектор - 1шт. Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-13	Проектор - 1шт., Экран - 1шт., аудиоаппаратура - 1шт., цифровое пианино - 1шт.
Аудитории для самостоятельной работы	
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 1-16	Компьютер - 2шт., принтер - 2шт. ПО: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, до- говор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)
г. Красноярск, пр. Мира, 83, ауд. 2-11	Компьютер - 5 шт., принтер - 2шт., МФУ - 2шт., учебно- методическая литература ПО: Альт Образование 8 (лицензия № ААО.0006.00, договор № ДС 14-2017 от 27.12.2017)

Операционная система Альт Образование 8 включает следующий пакет про-

граммных продуктов:

1. Perl 5.22
2. Python 2.7 и 3.5,
3. PHP 5.6
4. GCC 5.3
5. LibreOffice 5.3
6. Firefox ESR 52.5.2
7. WINE 1.9.12
8. GIMP 2.8.20
9. wxMaxima 16.04.2
- 10.Scribus 1.5.3
- 11.Inkscape 0.92
- 12.Blender 2.77
- 13.Moodle 2.5
- 14.ПУЖЕЛЬ 1.0.1
- 15.Mediawiki 1.23

Операционная система LinuxMint включает следующий пакет программных продуктов:

1. Firefox
2. Thunderbird
3. LibreOffice
4. GIMP
5. Pidgin
6. Rhythmbox
7. HexChat
8. GParted
9. VLC
- 10.LightDM