

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
**«Кубанский государственный университет»**

Факультет педагогики, психологии и коммуникативистики

Кафедра педагогики и психологии

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе,  
качеству образования – первый  
проректор

\_\_\_\_\_Иванов А.Г.  
(подпись)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 2017 г.

**Рабочая учебная программа по дисциплине**

**Б1.В.05.03 ЛИЧНОСТЬ В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ**

Для направления подготовки:

**44.04.02 Психолого-педагогическое образование**

Программа: ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЙ

Заочная форма обучения

Квалификация (степень) выпускника – магистр

Краснодар  
2017

Рабочая программы дисциплины «Личность в кризисной ситуации» составлена в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование» (степень магистр) и на основании учебного плана ООП подготовки магистров по магистерской программе «Психология и педагогика кризисных ситуаций».

Автор:

Попова Юлия Ивановна, канд. психол. н.,  
доцент кафедры педагогики и психологии ФППК КубГУ \_\_\_\_\_

Рецензенты:

Рослякова Надежда Ивановна, д. пед. н., профессор,  
зав. кафедрой дошкольной педагогики и психологии ФППК КубГУ \_\_\_\_\_

Батракова Марина Юрьевна,  
директор психологического центра «Мастерская жизни» \_\_\_\_\_

Программа одобрена на заседании учебно-методической комиссии факультета педагогики,  
психологии и коммуникативистики

Протокол № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года.

Председатель УМК ФППК

д. пед. н., профессор

\_\_\_\_\_ Гребенникова В.М.

Зав. кафедрой педагогики и психологии,

д. пед. н., профессор

\_\_\_\_\_ Гребенникова В.М.

## **1. Цели освоения дисциплины**

Цели изучения дисциплины «Личность в кризисной ситуации» соотнесены с общими целями ООП ВПО по направлению «Психолого-педагогическое образование», в рамках которой преподается дисциплина.

Основные *цели* курса: формирование у студентов системных представлений об особенностях переживаний и поведения человека в ситуациях различной степени сложности, их влияние на развитие и становление личности в кризисных и чрезвычайных ситуациях.

Понимание поведения личности в кризисной ситуации тесно связано с целым рядом других дисциплин, и направлено на формирование понимания и практических навыков в области психологической помощи лицам, пережившими травматические события. В процессе изучения данной дисциплины студенты должны получить знания об основах кризисных состояний, их влиянии на развитие и становление личности, методах диагностики и психологической помощи взрослым и детям, переживающим кризисные и чрезвычайные ситуации, а также их последствиях.

В процессе изучения дисциплины магистранты ознакомятся с теорией и проблемами психологии трудных и экстремальных ситуаций, а также будут способны комплексно различать типичные психические состояния человека в ситуациях различной степени сложности.

В результате реализации *задач* дисциплины предполагается:

1. *Сформировать* понятийный аппарат, способность различать и дифференцировать понятия «кризисное переживание», «трудная жизненная ситуация», «экстремальная ситуация», «психическая травма», «стресс», «посттравматическое стрессовое расстройство»;

2. *Ознакомить* студентов с различными теоретическими подходами к проблеме поведения личности в кризисной ситуации.

3. *Предоставить возможность овладеть* методами анализа поведения личности в кризисных ситуациях различного генеза.

4. *Научить* технологиям оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных ситуациях.

## **2. Место дисциплины в структуре магистерской программы**

Данная дисциплина (модуль) относится к Б1.В.05.03 вариативной части дисциплин профессионального цикла ООП ВПО.

Данный курс содержательно опирается на предметную область таких общих гуманитарных общетеоретических дисциплин как «Общая психология», «История психологии», «Основы психологического консультирования», «Возрастная психология», «Социальная психология», «Дифференциальная психология», и на основные положения специальных психологических дисциплин, таких, как «Психология стресса», «Психолого-педагогическое сопровождение семьи».

Изучение дисциплины необходимо для формирования умения анализировать поведение личности в кризисной ситуации, оценивать особенности кризисного состояния личности, определять кризис как психологическое последствие трудных и чрезвычайных ситуаций.

В структуре курса выделяются *два раздела*: «Психология жизненных ситуаций» и «Кризис как психологическое последствие трудных и экстремальных ситуаций», являющихся необходимыми и достаточными для создания целостного представления о проблематике поведения личности в кризисном состоянии, основных понятиях и методах анализа.

### 3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины.

Компетенции обучающегося, формируемые данной дисциплиной, и их коды в соответствии с ФГОС ВПО и ООП ВПО:

- способность принимать участие в профессиональных дискуссиях и обсуждениях, логически аргументируя свою точку зрения, создавать научные тексты по заданной логической структуре (ОК-3);

- способность выстроить менеджмент социализации результатов исследований (ОПК-7);

- готовность осуществлять эффективное профессиональное взаимодействие, способствующее решению широкого круга задач психолого-педагогического и социального сопровождения (ПК-4);

Код компетенции	Знать	Уметь	Владеть, приобрести опыт деятельности
ОК-3	Знать логическую структуру создания научных текстов	Уметь дискутировать на профессиональные темы, логически аргументируя свою точку зрения, создавать научные тексты по заданной логической структуре	Владеть навыками логической аргументации в ходе дискуссий на профессиональные темы
ОПК-7	Знать правила управления результатами исследований	Уметь выстроить менеджмент социализации результатов исследований	Владеть навыками презентации результатов исследований
ПК-4	Знать принципы психолого-педагогического сопровождения личности в кризисной ситуации	Уметь осуществлять эффективное профессиональное взаимодействие, способствующее решению широкого круга задач психолого-педагогического и социального сопровождения	Владеть навыками психолого-педагогического сопровождения личности в кризисной ситуации

#### 4. Структура и содержание дисциплины.

Таблица 1

##### Содержание разделов дисциплины

№ п/п	Наименование раздела	Содержание раздела	Форма текущего контроля	Разработано с участием представителей работодателей
1.	Психология жизненных ситуаций	Соотношение понятий «среда» и «ситуация». Подходы понимания соотношения объективного и субъективного в ситуации. Соотношение личности и ситуации. Подходы к пониманию трудных жизненных ситуаций. Объективные и субъективные характеристики трудных жизненных ситуаций. Поведение человека в трудных жизненных ситуациях. Методы психологической защиты. Копинг-поведение. Адаптация личности к ситуации. Приспособление как стратегия адаптации.	Терминологический диктант, коллоквиум	
2.	Кризис как психологическое последствие трудных и экстремальных ситуаций	Рассмотрение кризисов в объективном контексте как части жизненного пути индивида. Понятие о «нормативном психологическом кризисе»: кризис 6-7-летнего возраста, кризис подросткового возраста, кризис середины жизни и др. Рассмотрение кризисов в субъективном контексте, в контексте субъект-объектного взаимодействия человека в жизненной ситуации	Терминологический диктант, коллоквиум	

Таблица 2

##### Структура дисциплины

Вид работы	Трудоемкость, часов
	Курс 2
<b>Общая трудоемкость</b>	<b>72</b>
<i>Аудиторная работа</i>	14
Лекции	4
Семинарские занятия	6
Практические занятия (терминологический диктант, коллоквиум)	4
<i>Самостоятельная работа</i>	54
Самоподготовка (изучение основной и дополнительной литературы по дисциплине, подготовка к семинарским занятиям, изучение основных понятий, составляющих тезаурус дисциплины, подготовка к коллоквиуму)	54
<b>Вид итогового контроля: зачет</b>	4

## Разделы дисциплины

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Самостоятельная работа
			Л	СЗ	ПЗ	
1.	Психология жизненных ситуаций	36	2	2	2	30
2.	Кризис как психологическое последствие трудных и экстремальных ситуаций	36	2	4	2	28
	Итого:	72	4	6	4	58

**5. Образовательные технологии.****5.1. Традиционные:**

**Лекционные занятия (Л):** ознакомление с общими положениями, описывающими методологию психологического консультирования с учетом специфики кризисных ситуаций.

**Семинарские занятия (СЗ):** обсуждение теоретической проблематики в соответствии с изучаемой темой основных разделов дисциплины.

**Коллоквиум:** обсуждение отдельных разделов, тем, вопросов изучаемого курса.

**5.2. Инновационные:**

**Электронная презентация** – демонстрация логических схем, иллюстрирующих поведение личности в кризисной ситуации.

## Удельный вес занятий, проводимых в интерактивной форме

Курс	Вид занятия	Используемые интерактивные технологии	Количество часов
2	Лекции	С элементами презентации	2
2	Семинарские занятия	Дискуссия по отдельным вопросам, обсуждение эссе	2
2	Практические занятия	Терминологический диктант, коллоквиум	2

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины.****6.1. Пример определений для терминологического диктанта**

**Кризис** - тяжелое состояние, вызванное какой-либо причиной или как резкое изменение статусов персональной жизни.

**Реакция эмоционального дисбаланса** - доминирование отрицательных эмоций.

**Психотравмирующая ситуация** - продолжительная ситуация, при которой накапливаются многие отрицательные воздействия, каждое из которых само по себе не столь значительно. Но когда их много и они действуют в течение продолжительного времени, их действие как бы суммируется, возникает болезнь.

### **6.2. Примерные темы для дискуссий**

1. Методы психодиагностики кризисного состояния.
2. Последствия посттравматического стресса.
3. Теории возникновения посттравматических стрессовых расстройств.

### **6.3. Примерные вопросы к коллоквиуму**

1. Психические состояния человека в период кризиса.
2. Типичные психические состояния человека в чрезвычайных ситуациях.
3. Отдаленные последствия боевой психической травмы.

### **6.4. Примерные темы для эссе**

1. Переживание горя у детей и взрослых.
2. Счастливые события как вариант трудной жизненной ситуации.

### **6.5. Примерные вопросы к зачету:**

1. Понятие кризисной ситуации.
2. Ситуативные факторы личностных кризисов.
3. Трудные жизненные ситуации.

## **7. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.**

### **Основная:**

1. Психология личности [Электронный ресурс] : . — Электрон. дан. — М. : Человек, 2014. — 176 с. — Режим доступа: [http://e.lanbook.com/books/element.php?p11\\_id=60578](http://e.lanbook.com/books/element.php?p11_id=60578) — Загл. с экрана.
2. Петровский В. А. «Я» в персонологической перспективе - М.: Высшая школа экономики, 2013. URL: [http://lib.biblioclub.ru/?page=razdel&sel\\_node=465285](http://lib.biblioclub.ru/?page=razdel&sel_node=465285)
3. Придюк М. С. Комплексный анализ личности - М.: Лаборатория книги, 2012. URL: [http://lib.biblioclub.ru/?page=razdel&sel\\_node=465285](http://lib.biblioclub.ru/?page=razdel&sel_node=465285)
4. Джидарьян И. А. Психология счастья и оптимизма - М.: Институт психологии РАН, 2013. URL: [http://lib.biblioclub.ru/?page=razdel&sel\\_node=465285](http://lib.biblioclub.ru/?page=razdel&sel_node=465285)

### **Дополнительная:**

1. Белопольская Н. Л. Такие неформатные взрослые. М.: Когито-Центр, 2008. - 240 с. [Электронный ресурс]. Режим доступа: <http://www.biblioclub.ru>
2. Психология экстремальных ситуаций: учебное пособие для студентов вузов / [Т. Н. Гуренкова и др.] ; под ред. Ю. С. Шойгу ; М-во Рос. Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий ; Центр экстренной психологической помощи -М.: Академия, 2009
3. Сирота, Наталья Александровна, Ялтонский В. М. Профилактика наркомании и алкоголизма: учебное пособие для студентов вузов /Н. А. Сирота, В. М. Ялтонский 5-е изд., стер. -М.: Академия, 2009
4. Соснин, Вячеслав Александрович. Психология современного терроризма: учебное пособие /В. А. Соснин -М.: ФОРУМ, 2010
5. Абабков В.А., Перре М. Адаптация к стрессу. Основы теории, диагностики, терапии. – СПб.: Речь, 2004. – 166 с.

6. Бурлачук Л.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. – М.: Российское педагогическое агенство, 1998.
7. Василюк Ф.Е. Психология переживания: анализ преодоления критических ситуаций. – М.: изд. Моск. Ун-та, 1984.
8. Волкан В., Зинтл Э. Жизнь после утраты: Психология горевания /Пер. с англ. – М.: «Когито-Центр», 2007. – 160 с.
9. Гринберг Дж. Управление стрессом. 7-е изд. – СПб: Питер, 2002. – 496 с.
10. Европейский Институт Психоанализа, 2006. – 322 с.
11. Исаев Д.Н. Эмоциональный стресс, психосоматические и соматопсихические
12. Литвинцев С.В., Снедков Е.В., Резник А.М. Боевая психическая травма: Руководство для врачей. – М.: ОАО «Издательство «Медицина», 2005. – 432 с.
13. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. – М.: изд. ЭКСМО, 2005. – 960 с.
14. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. – СПб.: Изд. Дом «Сентябрь», 2001. – 260 с.
15. Осухова Н.Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н.Г. Осухова. – 2-е изд., испр. – М.: Изд. Центр «Академия», 2007. – 288 с.
16. Психология конфликтного поведения / Платонов, Юрий Петрович ; Ю. П. Платонов. - СПб. : Речь, 2009. - 544 с.
17. Психология личности в трудах отечественных психологов : хрестоматия / Куликов, Леонид Васильевич ; Л. В. Куликов. - 2-е изд., перераб. и доп. - СПб. [и др.] : ПИТЕР, 2009.
18. Психология неопределенности: единство интеллектуально-личностного потенциала человека / Т. В. Корнилова, М. А. Чумакова, С. А. Корнилов, М. А. Новикова. - М. : Смысл, 2010. - 334 с.
19. Психология социальных ситуаций / Сост. и общ. ред. Н.В.Гришиной. – СПб., 2001.
20. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности: Учебно-научное изд. – СПб.: Медицинская пресса, 2002. – 352 с.
21. Сарджвеладзе Н., Беберашвили З., Джавахишвили Д., Махашвили Н. Травма и
22. Селье Г. Стресс без дистресса. – М.: Прогресс, 1979.
23. Тарабрина Н.В., Агарков В.А., Быховец Ю.В., Калмыкова Е.С., Макарчук А.В., Падун М.А., Удачина Е.Г., Химчян З.Г., Шаталова Н.Е., Щепина А.И. Практическое руководство по психологии посттравматического стресса. Ч. 1, Теория и методы. – М.: Изд. «Когито-Центр», 2007. – 208 с.

**Интернет-ресурсы:**

1. <http://www.gumer.info>
2. <http://lib.rus.ec>
3. <http://psylib.kiev.ua>
4. <http://flogiston.ru>
5. <http://psylib.myword.ru>
6. <http://www.anypsy.ru/glossary/sovladanie>
7. <http://hpsy.ru/public/x2636.htm>
8. <http://www.emissia.org/offline/2008/1286.htm>

**8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.**

Учебная аудитория  
 Компьютерный класс  
 Интерактивная доска  
 Ноутбук  
 Проектор