

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«КУБАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»  
Факультет педагогики, психологии и коммуникативистики

УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе,  
качеству образования – первый  
заместитель  
Хагуров Т.А.



## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

### Б1.О.09.02 ПСИХОЛОГИЯ ТРАВМЫ

*(код и наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)*

Направление подготовки/специальность 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

*(код и наименование направления подготовки/специальности)*

Направленность (профиль) / специализация Кризисная психология  
*(наименование направленности (профиля) / специализации)*

Форма обучения очно-заочная  
*(очная, очно-заочная, заочная)*

Квалификация магистр

Краснодар 2022

Рабочая программа дисциплины Б1.О.09.02 Психология травмы составлена в соответствии с федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования (ФГОС ВО) по направлению подготовки / специальности 44.04.02 Психолого-педагогическое образование

Программу составил:

Л.А.Лазаренко, доцент, кандидат психологических наук



Подпись преподавателя

Рабочая программа дисциплины Б1.О.09.02 «Психология травмы» утверждена на заседании кафедры педагогики и психологии протокол № 16 «11» мая 2022 г.

Заведующий кафедрой

Гребенникова В.М.  
фамилия, инициалы



подпись

Утверждена на заседании учебно-методической комиссии факультета педагогики, психологии и коммуникативистики протокол № 10 «18» мая 2022 г.

Председатель УМК факультета

Гребенникова В. М.  
фамилия, инициалы



Рецензенты:

Алдошина Марина Ивановна, доктор педагогических наук, профессор, Директор центра взаимодействия с Российской академией образования ФГБОУ ВО «Орловский государственный университет имени И.С. Тургенева», профессор кафедры технологий психолого-педагогического и специального образования.

Толстикова Светлана Николаевна, доктор психологических наук, доцент Профессор общеуниверситетской кафедры общей и практической психологии, Московский городской педагогический университет.

## 1 Цели и задачи изучения дисциплины (модуля)

**1.1 Цель освоения дисциплины:** Ознакомить студентов с основными теоретико-методологическими и прикладными аспектами исследования проблематики психической травмы и травматических переживаний в психологии. Ознакомить студентов с основными принципами, концепциями и подходами к оказанию психологической помощи лицам с опытом травматических переживаний. Обучить студентов основам оказания психологической помощи людям, страдающим от последствий психической травматизации, на разных этапах восстановления и реабилитации.

### 1.2 Задачи дисциплины:

- формировать систему знаний о психологии травмы и психологической помощи при травме;
- способствовать овладению технологиями оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных психотравмирующих ситуациях;
- формировать у студентов навыки экстренной психологической помощи, работы со сложной травмой.

### 1.3 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология травмы» относится к обязательной части Блока 1 "Дисциплины (модули)" учебного плана.

Изучение этой дисциплины осуществляется параллельно с освоением таких дисциплин, как: Системный анализ и принятие решений (по педагогике и психологии), Технологии личностного роста, Психология здоровья: теория, методология и технология, Психология травмы, Диагностика и коррекция адаптации личности в трудных и экстремальных ситуациях.

Последующие дисциплины, для которых данная дисциплина является предшествующей в соответствии с учебным планом: Современные проблемы науки и образования, Психофизиология личности в кризисной ситуации, Методология и технология кризисного консультирования, Психология совладающего поведения, Психология суицидального поведения, Психологическое сопровождение семьи в кризисных ситуациях, Поддержка взрослых в период профессионального кризиса.

### 1.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

| Код и наименование индикатора   | Результаты обучения по дисциплине   |
|---|---|
| <b>ПК-2</b> Способен к осуществлению научно-методического и учебно-методического обеспечения процессов диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии |   |
| <b>ИПК-2.1.</b> Способен к осуществлению научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования  | Знает направления и алгоритмы научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования   |
|   | Умеет применять научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования   |
|   | Владеет навыками научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования  |
| <b>ИПК-2.2.</b> Понимает различные аспекты диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии   | Знает варианты и условия диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии |
|   | Умеет применять различные виды диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов,   |

| Код и наименование индикатора  | Результаты обучения по дисциплине   |
|--|---|
|  | различных видов деятельности человека в норме и патологии   |
|  | Владеет навыками использования диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии |
| <b>ПК-3</b> Способен к планированию и проведению психологической диагностики, психологического консультирования и психолого-профилактической работы при оказании помощи личности, оказавшейся в кризисной ситуации |   |
| <b>ИПК-3.1.</b> Способен к планированию и проведению психологической диагностики, психологического консультирования и психолого-профилактической работы  | Знает направления психологической диагностики, психологического консультирования и психологопрофилактической работы.  |
|  | Умеет Умеет проводить психологическую диагностику, психологическое консультирование и психологопрофилактическую работы.   |
|  | Владеет навыками психологической диагностики, психологического консультирования и психологопрофилактической работы.   |
| <b>ИПК-3.2.</b> Способен оказывать помощь личности, оказавшейся в кризисной ситуации   | Знает методы, приемы и технологии проведения кризисного консультирования и оказания психологической помощи в кризисных ситуациях.   |
|  | Умеет применять методы, приемы и технологии кризисного консультирования и оказания психологической помощи в кризисных ситуациях.  |
|  | Владеет методами, приемами и технологиями кризисного консультирования и оказания психологической помощи в кризисных ситуациях.  |

Результаты обучения по дисциплине достигаются в рамках осуществления всех видов контактной и самостоятельной работы обучающихся в соответствии с утвержденным учебным планом.

Индикаторы достижения компетенций считаются сформированными при достижении соответствующих им результатов обучения.

## 2. Структура и содержание дисциплины

### 2.1 Распределение трудоёмкости дисциплины по видам работ

Общая трудоёмкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц (108 часов), их распределение по видам работ представлено в таблице (для студентов ОЗФО)

| Вид учебной работы   | Всего часов | 2 Семестр (часы) |  |  |  |
|--|-------------|------------------|--|--|--|
|  |             |                  |  |  |  |
| <b>Контактная работа, в том числе:</b>                     | <b>48,3</b> | <b>48,3</b>      |  |  |  |
| <b>Аудиторные занятия (всего):</b>                         | <b>48</b>   | <b>48</b>        |  |  |  |
| Занятия лекционного типа                                   | 12          | 12               |  |  |  |
| Лабораторные занятия                                       | -           | -                |  |  |  |
| Занятия семинарского типа (семинары, практические занятия) | 36          | 36               |  |  |  |
| <b>Иная контактная работа:</b>                             |             |                  |  |  |  |
| Контроль самостоятельной работы (КСР)                      |             |                  |  |  |  |
| Промежуточная аттестация (ИКР)                             | 0,3         | 0,3              |  |  |  |
| <b>Самостоятельная работа, в том числе:</b>                | <b>24</b>   | <b>24</b>        |  |  |  |
| <i>Курсовая работа</i>                                     | -           | -                |  |  |  |
| <i>Проработка учебного (теоретического) материала</i>      | -           | -                |  |  |  |
| <i>Выполнение индивидуальных заданий (подготовка</i>       | -           | -                |  |  |  |

|                                |                                      |             |             |  |  |  |
|--------------------------------|--------------------------------------|-------------|-------------|--|--|--|
| <i>сообщений, презентаций)</i> |                                      |             |             |  |  |  |
| Доклад                         |                                      | -           | -           |  |  |  |
| Кейс-задания                   |                                      | -           | -           |  |  |  |
| Подготовка к текущему контролю |                                      |             |             |  |  |  |
| <b>Контроль:</b>               |                                      | <b>35,7</b> | <b>35,7</b> |  |  |  |
| Подготовка к экзамену          |                                      |             |             |  |  |  |
| <b>Общая трудоемкость</b>      | <b>час.</b>                          | <b>108</b>  | <b>108</b>  |  |  |  |
|                                | <b>в том числе контактная работа</b> | <b>48,3</b> | <b>48,3</b> |  |  |  |
|                                | <b>зач. ед</b>                       | <b>3</b>    | <b>3</b>    |  |  |  |

## 2.2 Содержание дисциплины

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

Разделы (темы) дисциплины, изучаемые во 2 семестре (очная-заочная форма обучения)

| №                                     | Наименование разделов (тем)   | Количество часов |                   |           |          |                             |
|---------------------------------------|---|------------------|-------------------|-----------|----------|-----------------------------|
|                                       |   | Всего            | Аудиторная работа |           |          | Внеаудиторная работа<br>СРС |
|                                       |   |                  | Л                 | ПЗ        | ЛР       |                             |
| 1.                                    | Психологическая травма: понятие, концепции, виды, проблемы  | 8                | 2                 | 4         | -        | 2                           |
| 2.                                    | Представления о психической травме в различных направлениях психологии (психоанализ, когнитивная психология, экзистенциальная психология) | 6                |                   | 4         | -        | 2                           |
| 3.                                    | Особенности психической травмы на разных этапах онтогенеза  | 10               | 2                 | 4         | -        | 4                           |
| 4.                                    | Сущность и характеристика посттравматического стрессового расстройства  | 12               | 2                 | 6         | -        | 4                           |
| 5.                                    | Экстренная психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве  | 12               | 2                 | 6         | -        | 4                           |
| 6.                                    | Основы психологического консультирования и психотерапии лиц с опытом травматических переживаний   | 12               | 2                 | 6         | -        | 4                           |
| 7.                                    | Способы работы с психологической травмой  | 12               | 2                 | 6         | -        | 4                           |
| <i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>   |   | <b>72</b>        | <b>12</b>         | <b>36</b> | <b>-</b> | <b>24</b>                   |
| Контроль самостоятельной работы (КСР) |   |                  |                   |           |          |                             |
| Промежуточная аттестация (ИКР)        |   | 0,3              |                   |           |          |                             |
| Подготовка к текущему контролю        |   | 35,7             |                   |           |          |                             |
| Общая трудоемкость по дисциплине      |   | 108              |                   |           |          |                             |

Примечание: Л – лекции, ПЗ – практические занятия / семинары, ЛР – лабораторные занятия, СРС – самостоятельная работа студента

## 2.3 Содержание разделов (тем) дисциплины

### 2.3.1 Занятия лекционного типа

| №  | Наименование раздела (темы)                                 | Содержание раздела (темы)   | Форма текущего контроля                       |
|----|---|---|---|
| 1. | Психологическая травма: понятие, концепции, виды, проблемы. | Понятие психотравмы. Виды психотравм. Психотравма и восприятие времени. Эмоциональные и физические симптомы психотравм. Типы травматических ситуаций. Детские психотравмы. эмоциональное и физическое насилие как психотравма. Травма потери. Переживание горя. Помощь людям, пережившим утрату. Семейное консультирование и психотравма члена семьи. | Опрос<br>Кейс-задания<br>Эссе<br>Терминология |
| 2. | Особенности психической травмы на                           | <b>Психические травмы младенческого возраста.</b><br>Представления Д.Винникота об отношениях матери и   | Опрос<br>Кейс-задания                         |

|    |  |   |   |
|----|--|---|---|
|    | <p>разных этапах онтогенеза</p>  | <p>ребенка: понятия «достаточно хорошая мать», «холдинг», «хандлинг», «переходный объект». Теория привязанности Дж.Боулби: основные типы привязанности (М.Эйнсворт, Дж.Боулби), фазы привязанности, нарушение привязанности. Исследования Ф.Дольто и ее учеников о языковой структуре психики.</p> <p><b>Посттравматическое стрессовое расстройство у детей.</b> Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. Характеристики травмы, способной вызвать травматический стресс. Фазы психологической реакции на травму. Типы ПТСР у детей: тревожный, астенический, дисфорический, соматоформный. Диагностические критерии и диагностический инструментарий ПТСР у детей. Насилие над детьми.</p> <p><b>Переживание утраты у детей и подростков.</b> Горе утраты как процесс. Стадии и задачи горя. Формы осложненного синдрома потери. Психологические особенности детского горя. Специфика детского горя в разные возрастные периоды. Принципы общения и помощь горяющему ребенку.</p> | <p>Эссе<br/>Терминология</p>                            |
| 3. | <p>Сущность и характеристика посттравматического стрессового расстройства</p>            | <p>Понятие о жизненной ситуации. Обыденные и трудные жизненные ситуации. Переживание и поведение людей в напряженных и экстремальных ситуациях. Внешние и внутренние факторы эмоциогенности профессиональных и жизненных, напряженных и экстремальных ситуаций.</p> <p>Первичные реакции человека на напряженные и экстремальные ситуации. Влияние экстремальных ситуаций на познавательные процессы человека. Активная и пассивная формы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях, их преимущества и недостатки. Типы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях. Понятие о психологической травме. Виды психологической травмы. Стадии переживания горя и возможные патологические реакции.</p>   | <p>Опрос<br/>Кейс-задания<br/>Эссе<br/>Терминология</p> |
| 4. | <p>Экстренная психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве.</p> | <p>Диагностика посттравматического стрессового расстройства. Профилактика посттравматического стрессового расстройства. Диагностика психологических последствий травматического стресса. Экстренная психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве. Состояние пострадавшего после трагического события. Различия в психологической картине посттравматического стресса при воздействии разных типов стрессоров. Виды психологической помощи при ПТСР: психологическое сопровождение; направление (ведение), управление; информирование; поддержка. Психологический дебрифинг.</p>  | <p>Опрос<br/>Кейс-задания<br/>Эссе<br/>Терминология</p> |
| 5. | <p>Способы работы с психологической травмой</p>  | <p>Понятие о кризисе. Сходство и различие нормативных и ненормативных кризисов. Три типа кризиса: кризисы развития, травматические кризисы и кризисы утраты. Психологическая помощь в кризисной ситуации в зависимости от вида и фазы кризиса. Кризис горя: от отрицания до принятия. Понятие о «нормальном» горе. Теоретические подходы к исследованию горя (Фрейд; Линдеман; Боулби; Стройби). Устойчивость к травме и позитивная адаптация. Негативные, нейтральные и позитивные последствия психологической травмы. Особенности психотерапии и психокоррекции ПТСР. Психологические трудности терапевта, работающего с клиентом, пациентом, страдающим ПТСР. Специфика</p>  | <p>Опрос<br/>Кейс-задания<br/>Эссе<br/>Терминология</p> |

|  |  |   |  |
|--|--|---|--|
|  |  | применения групповых методов оказания психологической помощи в экстремальной ситуации, при травме и утрате. Травмотерапия как форма психологической помощи: цели, задачи, принципы. Психологическая помощь при потере близкого человека (помощь на стадии шока; помощь на стадии острого горя; помощь на стадии восстановления). Особенности психологического консультирования при суицидальных попытках. |  |
|--|--|---|--|

### 2.3.2 Занятия семинарского типа (практические / семинарские занятия/ лабораторные работы)

| №  | Наименование раздела (темы)   | Тематика занятий/работ  | Форма текущего контроля  |
|----|---|---|--|
| 1. | Психологическая травма: понятие, концепции, виды, проблемы.   | Модель психотравмы Горовитца. Классификация психотравм. Виды психотравм по Ф. Рупперту, по И.С. Якиманской, по И.К. Силенок.  | Тестовые задания<br>Сообщение с электронной презентацией<br>Контрольная работа |
| 2. | Представления о психической травме в различных направлениях психологии (психоанализ, когнитивная психология, экзистенциальная психология) | <b>Представления о психической травме в психоанализе</b><br>Появление и историческое развитие концепций о психических страданиях. Представления о психической травме в концепциях З. Фрейда, К.Г. Юнга, О. Фенихеля. Понятия «инфантильной психической травмы» и «психической травмы взрослых» Г. Кристал.<br>Трехкомпонентная концепция психической травмы М. Балинта. Концепция «кумулятивной травмы» М. Хана.<br>Представления о нарциссической травме Х. Кохута.<br><b>Представления о психической травме в когнитивной психологии</b><br>Представление о психической травме как разрушении базовых схем и базовых убеждений. Концепция психической травмы Р. Янофф-Бульман. Когнитивная модель А. Элрса и Д. Кларка. Теория «двойной репрезентации». Модель «Self-Memory-System».<br><b>Представления о психической травме в экзистенциальной психологии</b><br>Травма как влияние утраты смыслов (В. Франкл, И. Ялом). Интегративные модели психической травмы. Концепция психической травмы П. Левина. | Тестовые задания<br>Сообщение с электронной презентацией<br>Контрольная работа |
| 3. | Особенности психической травмы на разных этапах онтогенеза  | <b>Психические травмы младенческого возраста.</b> Анализ клинического случая: описание клинической картины, выбор психотерапевтического метода, результат психотерапии, проработка собственных контрпереносных чувств.<br><b>Посттравматическое стрессовое расстройство у детей.</b> Подготовка структурной схемы (или таблицы), отражающей специфику ПТСР у детей.<br><b>Переживание утраты у детей и подростков.</b> Подготовка и разбор конкретных ситуаций, разработка рекомендаций для лиц, сопровождающих ребенка (или подростка) в период утраты.  | Тестовые задания<br>Сообщение с электронной презентацией<br>Контрольная работа |
| 4. | Сущность и характеристика посттравматического стрессового расстройства  | Понятие о жизненной ситуации. Обыденные и трудные жизненные ситуации. Переживание и поведение людей в напряженных и экстремальных ситуациях. Внешние и внутренние факторы эмоциональности профессиональных и жизненных, напряженных и экстремальных ситуаций. Первичные реакции человека на напряженные и экстремальные ситуации. Влияние экстремальных ситуаций на познавательные процессы человека. Активная и пассивная формы поведения человека в напряженных и   | Тестовые задания<br>Сообщение с электронной презентацией<br>Контрольная работа |

|    |   |   |  |
|----|---|---|--|
|    |   | экстремальных ситуациях, их преимущества и недостатки. Типы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях. Понятие о психологической травме. Виды психологической травмы. Стадии переживания горя и возможные патологические реакции.  |  |
| 5. | Экстренная психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве.               | Диагностика посттравматического стрессового расстройства. Диагностика психологических последствий травматического стресса. Профилактика посттравматического стрессового расстройства. Экстренная психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве. Состояние пострадавшего после трагического события. Различия в психологической картине посттравматического стресса при воздействии разных типов стрессоров. Виды психологической помощи при ПТСР: психологическое сопровождение; направление (ведение), управление; информирование; поддержка. Психологический дебрифинг.   | Тестовые задания<br>Сообщение с электронной презентацией<br>Контрольная работа |
| 6. | Основы психологического консультирования и психотерапии лиц с опытом травматических переживаний | <b>Общие проблемы психологического консультирования и психотерапии лиц с опытом травматических переживаний.</b> Основные принципы оказания психологической помощи лицам с травматическим опытом. Психотерапевтические подходы, их цели и методы на различных этапах работы с пострадавшими.<br><b>Обоснование выбора «мишеней» психотерапевтического вмешательства.</b> Выбор «мишеней» психотерапевтического вмешательства с учетом личностных особенностей, клинико-нозологических характеристик и возраста клиентов (пациентов).<br><b>Когнитивно-бихевиоральная психотерапия и психологическое консультирование лиц с травматическим опытом.</b> Основные принципы, подходы и техники в работе с лицами с травматическим опытом. Показания и ограничения.<br><b>Когнитивная психотерапия и психологическое консультирование лиц с травматическим опытом.</b> Основные принципы, подходы и техники в работе с лицами с травматическим опытом. Показания и ограничения.<br><b>Психодинамическая психотерапия лиц с травматическим опытом.</b> Основные принципы, подходы и техники в работе с лицами с травматическим опытом. Показания и ограничения.<br><b>Групповая психотерапия при ПТСР.</b> Основные принципы, подходы и техники в работе с лицами с травматическим опытом. Показания и ограничения.<br><b>Супружеская и семейная терапия при ПТСР.</b> Основные принципы, подходы и техники в работе с лицами с травматическим опытом. Показания и ограничения.<br><b>Психологическая помощь детям и подросткам с опытом травматизации.</b> Основные принципы, подходы и техники в работе с лицами с травматическим опытом. Показания и ограничения. | Тестовые задания<br>Сообщение с электронной презентацией<br>Контрольная работа |
| 7. | Способы работы с психологической травмой  | Понятие о кризисе. Сходство и различие нормативных и ненормативных кризисов. Три типа кризиса: кризисы развития, травматические кризисы и кризисы утраты. Психологическая помощь в кризисной ситуации в зависимости от вида и фазы кризиса. Кризис горя: от отрицания до принятия. Понятие о «нормальном» горе. Теоретические подходы к исследованию горя (Фрейд; Линдемэн; Боулби; Стройби). Устойчивость к травме и позитивная адаптация. Негативные, нейтральные и   | Тестовые задания<br>Сообщение с электронной презентацией<br>Контрольная работа |



|  |  |  |
|--|--|--|
|  | <p>позитивные последствия психологической травмы. Особенности психотерапии и психокоррекции ПТСР. Психологические трудности терапевта, работающего с клиентом, пациентом, страдающим ПТСР. Специфика применения групповых методов оказания психологической помощи в экстремальной ситуации, при травме и утрате. Травмотерапия как форма психологической помощи: цели, задачи, принципы. Психологическая помощь при потере близкого человека (помощь на стадии шока; помощь на стадии острого горя; помощь на стадии восстановления). Особенности психологического консультирования при суицидальных попытках.</p> |  |
|--|--|--|

Защита лабораторной работы (ЛР), выполнение курсового проекта (КП), курсовой работы (КР), расчетно-графического задания (РГЗ), написание реферата (Р), эссе (Э), коллоквиум (К), тестирование (Т) и т.д.

При изучении дисциплины могут применяться электронное обучение, дистанционные образовательные технологии в соответствии с ФГОС ВО.

#### 2.4 Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

| № | Вид СРС                   | Перечень учебно-методического обеспечения дисциплины по выполнению самостоятельной работы  |
|---|---------------------------|--|
| 1 | Подготовка эссе, реферата | Методические указания по организации самостоятельной работы, утвержденные кафедрой педагогики и психологии, протокол № 15 «15» мая 2019г.      |
| 2 | Электронная презентация   | Методические рекомендации по разработке электронной презентации, утвержденные кафедрой педагогики и психологии, протокол № 18 от 25.05.2017 г. |

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла,
- в печатной форме на языке Брайля.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа,
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### 3. Образовательные технологии, применяемые при освоении дисциплины Психология кризисных ситуаций

Лекционные занятия (Л): ознакомление с общими положениями, описывающими механизмы различных кризисных ситуаций.

Семинарские занятия (СЗ): обсуждение теоретической проблематики в

соответствии с изучаемой темой основных разделов дисциплины.

Практические занятия (ПЗ): практическое обсуждение теоретической проблематики в соответствии с изучаемой темой основных разделов дисциплины.

Электронная презентация - демонстрация логических схем, иллюстрирующих механизмы психологии кризисных ситуаций.

- Интерактивные образовательные технологии, используемые в аудиторных занятиях: лекции с элементами презентации, тестирование, коллоквиум, защита реферата, электронная презентация с обсуждением, «круглый стол», регламентированная дискуссия, деловая и ролевая учебная игра, разбор практических задач и кейсов; терминологический диктант.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья предусмотрена организация консультаций с использованием электронной почты.

#### 4. Оценочные и методические материалы

##### 4.1 Оценочные средства для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Оценочные средства предназначены для контроля и оценки образовательных достижений обучающихся, освоивших программу учебной дисциплины «Психология травмы».

Оценочные средства включает контрольные материалы для проведения **текущего контроля** в форме тестовых заданий, доклада-презентации по проблемным вопросам, эссе, ситуационных задач и **промежуточной аттестации** в форме вопросов и заданий к экзамену.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) Психология развития и возрастная психология предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### Структура оценочных средств для текущей и промежуточной аттестации

| № п/п | Код и наименование индикатора   | Результаты обучения   | Наименование оценочного средства  |                                 |
|-------|---|---|---|---------------------------------|
|       |   |   | Текущий контроль  | Промежуточная аттестация        |
| 1     | <b>ИПК-2.1.</b> Способен к осуществлению научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования  | Знает направления и алгоритмы научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования<br>Умеет применять научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования<br>Владеет навыками научно-методического и учебно-методического обеспечения психологического консультирования  | <i>Контрольная работа<br/>Сообщение с электронной презентацией</i>  | <i>Вопрос на экзамене 1-15</i>  |
| 2     | <b>ИПК-2.2.</b> Понимает различные аспекты диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии | Знает варианты и условия диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии<br>Умеет применять различные виды диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии<br>Владеет навыками использования диагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств, кризисных состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии | <i>Вопросы для устного (письменного) опроса по теме, разделу Кейс-задания<br/>Тестовые задания<br/>Контрольная работа</i> | <i>Вопрос на экзамене 16-30</i> |
| 3     | <b>ИПК-3.1.</b> Способен к планированию и проведению психологической диагностики, психологического консультирования и психолого-профилактической  | Знает направления психологической диагностики, психологического консультирования и психолого-профилактической работы<br>Умеет проводить психологическую   | <i>Терминология<br/>Кейс-задания<br/>Вопросы для устного (письменного) опроса по теме,</i>                                | <i>Вопрос на экзамене 31-45</i> |

|   |  |  |  |                                     |
|---|--|--|--|-------------------------------------|
|   | работы   | диагностику, психологическое консультирование и психолого-профилактическую работы<br>Владеет навыками психологической диагностики, психологического консультирования и психолого-профилактической работы   |  |                                     |
| 4 | <b>ИПК-3.2.</b> Способен оказывать помощь личности, оказавшейся в кризисной ситуации | Знает методы, приемы и технологии проведения кризисного консультирования и оказания психологической помощи в кризисных ситуациях<br><br>Умеет применять методы, приемы и технологии кризисного консультирования и оказания психологической помощи в кризисных ситуациях<br><br>Владеет методами, приемами и технологиями кризисного консультирования и оказания психологической помощи в кризисных ситуациях | <i>Эссе<br/>Сообщение с<br/>электронной<br/>презентацией</i> | <i>Вопрос на экзамене<br/>46-60</i> |

**Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы**

**Темы для сообщений с электронной презентацией** (Перечень компетенций (индикаторов), проверяемых оценочным средством: ИПК-2.1, ИПК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2.

**Тема 1. Введение в психологию утраты и травмы.**

Феноменология утраты и травмы Посттравматическое стрессовое расстройство. Травмирующие события. Индивидуальные особенности реагирования на стрессоры. Влияние образа жизни на переживание травмы. Влияние привязанности на переживание травмы.

**Тема 2. Реакции травмы и посттравматического стрессового расстройства.**

Физиологические реакции горя и острой травмы и ПТСР. Психологические состояния при переживании горя ПТСР . Влияние травмы на динамику семейной жизни. Немотивированная бдительность, «взрывная» реакция, притупленность эмоций, непрошенные воспоминания, агрессивность, и др. клинические проявления ПТСР. Стадии горевания. Четыре задачи горя.

**Тема 3. Эпидемиология ПТСР и сопутствующих расстройств.**

Военные действия, насилие, террористические акты, природные катастрофы как травмирующие факторы. Распространенность ПТСР в популяции. Распространение ПТСР

в зависимости от стрессогенного фактора. Вьетнамский синдром. Афганский синдром. Вторичная травматизация.

#### **Тема 4. Социокультурные аспекты ПТСР.**

Травмоцентрические общества: Израиль, Россия. «Осадная» ментальность. Реакция общества на травмирующие события. Толерантность к стрессу как социокультурная особенность.

#### **Тема 5. Психологическая помощь при травме.**

Травмоспецифические интервенции. Вступление в контакт в ситуации острого горя. Психологическая поддержка. Сенсибилизация и работа с образами. Метод «Быстрого движения глаз (БДГ)». Работа с семьей, пережившей травму. Особенности психологической помощи при остром горе и ПТСР. Отличие психологических интервенций при остром горе и ПТСР. Профессиональная позиция в случаях работы с острым и хроническим состоянием травмы. Синдром выгорания у помогающих специалистов

#### **Тема 6. Общее понятие о стрессе. Травматический стресс**

Характеристики стрессового события. Общий адаптационный синдром по Г. Селье. Виды стресса. Психологический стресс. Психические стрессоры. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса. Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека (возраст, общее состояние здоровья, тип нервного реагирования, ведущий тип темперамента, локус контроля, психологическая выносливость, самооценка) на развитие стрессовой реакции. Понятие стрессоустойчивости. Тема Факторы, влияющие на степень воздействия на человека сильной стрессовой ситуации. Общие условия восприятия человеком сильного стресса, как травматического. Определение психической травмы Лазебной Е.О. Динамика переживания травматической ситуации. Стратегии поведения людей получивших психическую травму.

#### **Тема 7. Система реабилитации ПТСР**

Комплексный подход в реабилитации ПТСР. Направления реабилитации ПТСР по В.А. Доморацкому, А.Л. Пушкареву, Е.Р. Гордеевой. Образовательное направление: методы информирования и информационной поддержки. Холистическое направление: методы формирования целостного отношения к здоровью, здоровому образу жизни. Социальное направление: методы формирования и развития социальной поддержки, социальной интеграции. Терапевтическое направление: терапия, фармакотерапия, психотерапия. Этапы профессиональной психологической помощи. Психологическая диагностика. Заключение «психотерапевтического договора». Начало работы над проблемой. Проработка травматического опыта. «Экологическая проверка»

### **Кейс- задания (Перечень компетенций (индикаторов), проверяемых оценочным средством: ИПК-2.1, ИПК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2.**

**Задание 1.** Вы случайно оказались в зоне стихийного бедствия: ураган, пронесшийся над небольшим курортным поселком, смыл море, часть домов, повредил линии связи, есть жертвы и пропавшие без вести люди. Жители и отдыхающие напуганы, наблюдаются проявления паники, истерические реакции и прочее.

Что вы, как психолог, могли бы предпринять до приезда спасателей?

Какие группы риска вы бы для себя выделили?

Какую психологическую помощь можно было бы оказать и кому?

**Задание 2.** «Моделирование психологических последствий экстремального воздействия»

Цель: развитие навыков диагностики травмы и экстремального воздействия.  
 Задача: Моделирование возможных экстремальных ситуаций (воздействий, явлений) в зависимости от стрессовой реакции пострадавшего подростка (ребенка).

Инструкция: Впишите их в пустые клетки таблицы примеры экстремальной ситуации (воздействий, явлений) в различных сферах жизни подростка (ребенка).

| СТРЕСС        | ДЛИТЕЛЬНОСТЬ |                 |             |
|---------------|--------------|-----------------|-------------|
|               | случайный    | продолжительный | хронический |
| Низкая        |              |                 |             |
| Высокая       |              |                 |             |
| Экстремальная |              |                 |             |

Задача 3. Измученная женщина пришла к психологу. Ее интересовал вопрос, как вести себя со своей 60-летней мамой, которой поставили диагноз: рак. Врачи за месяц проживания женщины в больнице расписались в собственном бессилии и на днях выписывают ее домой. Мама, женщина мужественная, прожившая тяжелую жизнь, еще не знает о действительных масштабах своей болезни. Что говорить, как вести с ней. Откуда черпать силы перед лицом такого несчастья? О чем бы вы разговаривали с женщиной? На что необходимо ее сориентировать?

Задача 4. В современной психологии существует два диаметрально противоположных представления о процессе горя. С. А. Шефов описывает их следующим образом: 1. Горе – сугубо индивидуальный процесс, все люди переживают горе по-разному: а) не существует универсальных стадий горевания, каждый воспринимает потерю по-своему и испытывает по ее поводу особенные чувства; б) каждому требуется свое по продолжительности время для переживания горя. 2. Горе, несмотря на его неповторимость, имеет относительно общие закономерности протекания: а) существуют более или менее общие этапы (стадии, фазы) переживания утраты; б) на прохождение этих этапов требуется определенное время, колеблющееся от случая к случаю в известных пределах. Так, В. Волкан и Э. Зинтл выделяют следующие четыре фазы горя: 1) фаза «оцепенения» (может длиться от нескольких часов до недели), 2) фаза тоски по утраченному человеку и стремление вернуть потерю (может длиться от нескольких месяцев до нескольких лет), 3) фаза дезорганизации, 4) фаза реорганизации. Некоторые авторы выделяют острую фазу горевания (подфазы: реакция шока, аффективные реакции и реакция на расставание) и хронические стадия горевания. Существуют и иные классификации фаз и стадий переживания горя. Какое представление о процессе горя Вам представляется более адекватным? Ответ аргументируйте.

Задача 5. Развод родителей при определенных обстоятельствах может стать для ребенка психогенным фактором, приводящим к нарушениям поведения или возникновению нервных или соматических расстройств. Г. Фигдор рассматривает типичные неблагоприятные условия, приводящие к негативным последствиям: в семье на протяжении долгих лет разыгрываются конфликты, пока они не приведут к разводу; большинство людей не умеют дружелюбно заканчивать отношения; борьба за то, «кто получит детей»; социальная изоляция разведенной матери, особенно в тех случаях, когда на нее возложена опека; тяжелая экономическая ситуация матери; частичная потеря родительского чувства ответственности в результате личных трудностей и непреодолимых душевных кризисов. Может ли быть развод родителей положительным для дальнейшего развития ребенка?

Задача 6. У детей рассматриваются следующие факторы, влияющие на степень тяжести психологических последствий и их продолжительность: 1) объективная интенсивность травмирующей ситуации; 2) субъективная оценка ее тяжести ребенком; 3)

индивидуальная предрасположенность ребенка к развитию ОСР, ПТСР и иным негативным последствиям; 4) пол ребенка, так как некоторые авторы считают, что у девочек признаки ПТСР более выражены; 5) возраст и уровень развития влияет на восприятие и запоминание травматического события; 6) благополучие или неблагополучие родительской семьи. Могут ли встречаться признаки ПТСР у новорожденных детей и детей младшего возраста и если, да, то в чем это проявляется? Как влияет семейное функционирование на развитие ПТСР у детей?

Задача 7. Объясните повышенный риск комплекса суицидального поведения у лиц с ПТСР с позиций когнитивной, психодинамической и др. концепций психической травмы.

Задача 8. Ира С., 15 лет, подверглась нападению на улице. «Не знаю, как мне с этим справиться... Родителям рассказать не могу... Они меня убьют... Мне приходится многое скрывать, хотя это сложно, без их ведома я не могу и шага ступить. Представляю, что скажет отец, если узнает... Скажу своему другу, он может запросто убить этого подонка. Когда он (посыгатель) на меня напал, я дико испугалась... Он делал со мной все, что хотел, я оказалась полностью в его власти...» Вопрос: Какие особенности воспитания девушки демонстрирует данный клинический пример? Направления психотерапевтической работы? Основные направления психотерапевтического вмешательства? Какие будут в данной ситуации основные симптомы-мишени?

Задача 9. Ира П., 14 лет, подверглась насилию с применением физической жестокости знакомым взрослым мужчиной, предварительную однократную встречу с которым восприняла как серьезное знакомство. «Я росла в полной уверенности, что мне все позволено... Родители мне всегда говорили «да». Отец, мать и бабушка и две тети «всегда стремились меня во всем баловать, материально и морально...» «Я была настолько наивной, что ото всех чего-то ждала, за меня везде платили». «Я встретила мужчину, красивого и богатого, ради которого бросила все, а он меня просто растоптал». Вопрос: Какие особенности воспитания девушки демонстрирует данный клинический пример? Направления психотерапевтической работы? Основные направления психотерапевтического вмешательства? Какие будут в данной ситуации основные симптомы-мишени?

Задача 10. Алена Т., 17 лет, подверглась групповому насилию. «Я всегда находила себе каких-то садистов. Первый парень сильно бил, бил меня, второй употреблял наркотики и меня чуть к этому не приучил. Третий, который это сделал, был просто ненормальный - избил меня и отдал своим друзьям попользоваться. Я пришла домой в синяках, а папаше с мамашей, как всегда, на все наплевать». Вопрос: Какие особенности воспитания девушки демонстрирует данный клинический пример? Направления психотерапевтической работы? Основные направления психотерапевтического вмешательства? Какие будут в данной ситуации основные симптомы-мишени?

Задача 11. «Мой муж умер в день 13-летия сына. После похорон сын стал очень замкнутым, хотя до этого он делился со мной своими мыслями и впечатлениями. Замкнутый и неразговорчивый он везде: и дома, и в школе, в окружении друзей. Такое впечатление, что он перестал даже интересоваться тем, что до этих трагических событий его увлекало. Что сделать, чтобы он стал таким, каким был?» 1. В приведенном выше фрагменте консультативного приема найдите и выделите наиболее значимую для решения проблемы клиента информацию. 2. Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей клиента. 3. Определите основные этапы работы над проблемой.

Задача 12. После краха развода все кажется нормализовалось: и отец, и мать создали новые семьи. Вот только с дочерью проблемы. Ей 8 лет. Она не хочет жить с отчимом. Все время требует отправить ее к родному отцу. В своей неприязни к матери доходит до ненависти. Требует изменить имя на грузинское (ее родной отец — грузин), не уважает мать за то, что она не грузинка. Отец девочки имеет другую семью и брать ее к себе не собирается. Мама вынуждена была обратиться к психологу. Дайте психологическую интерпретацию возникшей ситуации. Какая дополнительная информация Вам нужна для полноценной консультации? Сформулируйте возможные гипотезы относительно причин и дальнейшего развития проблемы и наметьте пути ее решения.

Задача 13. Измученная женщина рассказывала: Длительное время я даже себе не признавалась, что не люблю своего старшего сына. Повторяется ситуация, которая сложилась когда-то у меня с моими родителями. Я была старшим ребенком, которого не любили. Дошло до того, что в лет 12 я даже заявила родителям, что они меня взяли из детского дома. И вот теперь все повторяется в моей семье. Я не люблю своего сына, изо всех сил пытаюсь это скрыть, но он меня раздражает все чаще, и я бессильна что-то сделать. Это раздражение появилось еще до рождения второго ребенка, когда старшему было 5 лет. Причем сын ко мне очень хорошо относится, он и расспросит о моих делах, и посочувствует. Но даже это меня раздражает. Я, бывает, на него кричу, а муж, видя, что переступаю предел дозволенного, мне говорит: «Лучше бы ты разрядилась на мне, чем на нем». Что мне делать? Объясните, с чем связаны проблемы матери? Какие глубинные психологические образования провоцируют возникновение подобных чувств?

Задача 14. В течение грех лет Сережа подвергается сексуальному насилию со стороны своего дяди. Сереже нравится общаться с дядей Игорем за исключением тех моментов, когда у дяди возникает желание погладить его интимные места. Отец Сережи умер, когда он был совсем маленьким, и дядя Игорь практически заменил ему отца. Основные направления психотерапевтического вмешательства? Какие будут в данной ситуации основные симптомы ишени?

Задача 15. Женщина, мать двоих девочек на приеме у психолога-консультанта. В беседе открылись некоторые подробности неблагополучной семейной жизни. Муж систематически выпивает, но наотрез отрицает то, что это болезнь. Уже начал выносить вещи из дома. Живут в 1- комнатной квартире – идти некуда. Старшая дочь (ему неродная, от первого брака), доведена им до отчаяния. Младшая, семиклассница, время от времени пропускает занятия в школе. А когда приходит, то зачастую с синяками, выглядит как затравленный зверек. Женщина слезно просила психолога вмешаться в их семейные дела, поговорит с мужем. Как помочь этой семье? На что необходимо обратить внимание при работе с женщиной? Определите основные этапы работы над проблемой.

Задача 16. 1. Девочка Оля очень любила свою маму. Но в семье было неблагополучно: папа часто, если ему что-то не нравилось, говорил всем: «Будете перечить мне, устрою вам всем такую жизнь, что пожалеете», и при этом нецензурно выражался. В такие минуты Оля пугалась, но проходило время, и она обо всем забывала. Ей было жалко и маму, и папу, и себя. Но она чувствовала, что дальше может быть хуже: очень уж часто стало всё это повторяться. 2. Как-то в семье отмечали день рождения старшей сестры, которой исполнилось восемнадцать лет. Были гости, подарки. Таня и Сергей радовались за сестру. Когда все сели за праздничный стол, папа налил всем шампанского, в том числе и 10-летнему Серёже. Мальчик сказал: «Я не хочу». Но один из гостей стал его уговаривать, при этом подшучивая: «Ну, сегодня можно в честь сестры. Не



стесняясь, ты же мужчина». Вопросы: 1) Какая из этих ситуаций показалась вам наиболее опасной и почему? 2) Какая из ситуаций говорит о том, что человек хочет оказать давление на младшего по возрасту, а какая – о том, что человек угрожает? 3) В какой из этих ситуаций вы увидели, что взрослый человек нарушает закон, принуждает к неправильным действиям? 4) К какому виду насилия над человеком можно отнести эти ситуации: психологическому, эмоциональному, моральному?

Задача 17. Лена учится очень неровно: у неё то девятка по математике, то двойка по физике, то десятка по литературе, то замечание в дневнике, что она не готова к уроку. Её маму это расстраивает. Папы у Лены нет, помочь с уроками некому. А мама каждый раз говорит: «Будешь всю жизнь полы мыть, на что-то большее ты не способна». Вопросы: 1) К какому виду насилия над личностью относятся подобные упрёки? 2) Что сделать, чтобы ситуация не ухудшалась? 3) Как Лена может доказать маме, что она способна на большее? 4) Спрогнозируйте последствия, если ситуация не изменится.

Задача 18. Лена, Настя и Лиза дружили не один год и часто вместе фотографировались. Были в их коллекции и фотографии на пляже. Однажды Лиза сказала Насте, что у Лены отвратительная фигура. В итоге девочки поссорились, а Лена выложила фотографии подружек в социальных сетях. Девочки рассказали обо всём родителям. Те обратились в милицию. Специалисты удалили фотографии, а Лена теперь состоит на учёте в инспекции по делам несовершеннолетних. У неё было много неприятных разговоров с сотрудниками милиции и с родителями. Вопросы: 1) Охарактеризуйте поведение девочек? 2) С чего началась ситуация? Можно ли было разрешить её по-другому? 3) Какой вид насилия описан в ситуации? 4) О каких подобных случаях вы слышали (по телевизору, в разговорах подростков)? 5) Какого наказания, по вашему, заслуживает Лена?

Задача 19. Эта беда пришла в Машин дом незаметно. Сначала она слышала, как родители ссорились из-за каких-то мелких проблем. Потом ссоры стали напоминать скандалы. Иногда они начинались ночью, из-за чего Маша перестала высыпаться. Однажды ночью она услышала звон бьющейся на кухне посуды, а потом громкий крик мамы. Вопросы: 1) О каком виде насилия идет речь? 2) Что делать девочке в данной ситуации? Дайте прогноз возможным последствиям.

Задача 20. Лиза долго скрывала от родителей, что дружит с Петром. Она знала – те будут против, ведь компания, с которой он общался, не раз попадала в милицию. Но однажды младший брат рассказал родителям, что уже не раз видел их вместе. Когда вечером Лиза вернулась домой, на пороге её встретила мать и на повышенных тонах стала требовать объяснений. Лиза ответила: «Не ори на меня. С кем хочу, с тем и гуляю». Неожиданно мать ударила её по лицу. Лиза заплакала и убежала в комнату, закрыв дверь на ключ. Вопросы: 1) Какой вид насилия вы увидели в этой ситуации? 2) Правильно ли поступила мама девочки? 3) Есть ли вина Лизы в том, что произошло? 4) Как может закончиться ситуация, если правду всё время скрывать? 5) Как вы оцениваете поступок брата? 6) Что будет потом в этой семье? 7) Как могут развиваться события? 8) Что следует сделать всем членам этой семьи, чтобы безболезненно разрешить возникший конфликт?

Задача 21. Андрей живёт с папой, мамой и бабушкой. Папа мальчика часто просит денег у своей матери, бабушки Андрея. Каждый раз он просит одолжить их и обещает вернуть, но никогда этого не делает. Однажды бабушка напомнила, что у неё маленькая пенсия. Папа разозлился, закричал, что его «достали», и ушёл, громко хлопнув дверью. Денег он так и не вернул. Бабушка тихонько плакала. Теперь она продолжает давать отцу деньги, но никогда больше не напоминает о возврате. Андрею жалко бабушку, но он не

знает, как ей помочь, а сказать что-нибудь отцу боится. Вопросы: 1) Как вы понимаете, что такое экономическое насилие? 2) Если вам не дают денег на мелкие расходы – это насилие? 3) Если у родителей в данный момент нет лишних денег, то как оценить ситуацию в семье? 4) Какой(какие) вид(виды) насилия вы увидели в этой ситуации?

Задача 22. Этой историей поделилась учитель одной из школ. Вот что она рассказывает. «С самого начала моей педагогической практики я обратила внимание на Колю. Он мог целый урок сидеть под партой, смеша своих товарищей, пытался выкрикивать что-то во время объяснения нового материала. Николай был слабым учеником, в четверти у него бывали двойки по математике. Жил Коля очень далеко от школы, никого поблизости из его товарищей по классу нет. Мать и отец работают, но отец часто выпивает. Матери приходится нелегко: и на работе и дома все делать, воспитывать двоих детей – Колю и младшего Сережу. Коля помогает матери во всем. Он любит ее и не любит отца за то, что тот пьет и часто обижает мать. В школе мальчик слышал только одно – плохой, неисправимый? и все больше опускался: начал грубить, срывал уроки, он как бы мстил тем, кто враждебно относился к нему». Вопросы: 1) Перечислите признаки, по которым поведение ребенка можно рассматривать как агрессивное? 2) Почему в данном случае сложилась негативная модель поведения ребенка? 3) Что надо предпринять родителям, учителю, чтобы исправить ошибки в воспитании Коли? 4) Какие можно использовать приемы снятия агрессивного состояния ребенка?

Задача 23. Монолог выпускника 11-го класса Учителя начали запугивать нас Единым государственным экзаменом еще в девятом классе. И вот я перешел учиться в 11 класс. С первого же дня учителя, классные руководители, родители призывали нас учиться. Многие всерьез принялись за учебу. Даже те одноклассники, которые, казалось бы, никогда не уделяли учебе должного внимания, стали ходить на курсы и больше времени уделять именно школе. Я тоже начал заниматься дополнительно по физике с репетитором, несмотря на то, что по физике у меня была хорошая успеваемость. Месяцы подготовки пролетели незаметно, на календаре уже май. В школе все так же запугивали, что сдать ЕГЭ – далеко не так легко, как кажется. Прозвенел последний звонок. Мы съездили на природу и, расставаясь на предэкзаменационные выходные, все со страхом думали про грядущий понедельник. В воскресенье я сидел и решал разные тесты, со страхом ожидая предстоящий экзамен. При этом у меня дрожали руки, поднялась температура и ночью, перед ЕГЭ, мне совсем не удалось выспаться. И зачем учителям надо было так запугивать 1. Определите проблему в предложенной ситуации. 2. Укажите причины, почему учителя запугивают обучающихся тем, что они не сдадут государственную итоговую аттестацию. 3. Какие могут быть последствия негативных установок в прогнозировании результатов ГИА обучающихся? 4. Как бы вы построили работу по психологической готовности учителя к ГИА? 5. Как бы вы построили работу с учащимися в процессе подготовки к ГИА?

Задача 24. Елена С. , обучающаяся 11 класса, ответственна, всегда добросовестно выполняет домашние задания. На уроках и при выполнении домашних заданий часто перепроверяет уже сделанное, постоянно исправляет написанное. В ходе устных ответов голос становится тихим, дрожащим. Когда отвечает на вопрос, разминает пальцы рук или тербит волосы. Напугана частыми высказываниями классного руководителя о том, что «ЕГЭ вы не сдадите». 1. Определите проблему в предложенной ситуации. 2. Укажите причины, почему учителя запугивают обучающихся тем, что они не сдадут государственную итоговую аттестацию. 3. Какие могут быть последствия негативных установок в прогнозировании результатов ГИА обучающихся? 4. Как бы вы построили работу по психологической готовности учителя к ГИА? 5. Как бы вы построили работу с учащимися в процессе подготовки к ГИА?

Задача 25. Наступила пора экзаменов. Родители Лены, желая, чтобы их дочь успешно сдала экзамены, заставляли ее целыми днями заниматься, несмотря на то, что она сильно уставала. В ходе подготовки к экзаменам они нередко говорили: «Мало занимаешься – не сдашь», «Не стараешься – будут плохие результаты», «Ты совсем не готова», «Посмотри, какая умница Катя. Все у нее получается, а у тебя...» и т.п. 1. Опишите тактику взаимодействия родителей с дочерью. 2. Каким образом такая тактика повлияет на эмоциональный настрой к экзаменам и познавательную мотивацию выпускницы? 3. Какие способы поддержки Вы бы порекомендовали использовать родителям в период подготовки детей к экзаменам?

Задача 26. Я учусь в 11 классе, пока круглая отличница, хочу получить золотую медаль и поступить в медицинскую академию. Хочу тщательно подготовиться и успешно сдать химию и биологию. Но мне кажется, что я не сдам!!! Это суперсложно, все тесты, которые пыталась пройти по интернету, проваливала полностью, хотя знаю всё это вроде бы хорошо. В последнее время провожу все свободное время с учебником биологии и химии, но мне кажется — толку мало. Забыла о друзьях, ни с кем не общаюсь... На контрольных легко получать «5», а когда проходишь тесты, такое ощущение, что ты это в жизни не учила! Я очень боюсь, что я не сдам, или сдам на 4 или 3... Тогда конец моей золотой медали, конец бесплатному поступлению в академию. Родителям придется платить огромные деньги — в общем, ужас... Насчет выбора профессии, даже не обсуждается. Тошнит об одной только мысли, что моя жизнь может быть не связана с медициной. Зачем тогда вообще жить, если я не стану врачом? Так что насчет предметов мне выбирать не приходится. Сильно переживаю из-за экзамена уже третью неделю, учу все, и понимаю, а как думаю о тесте, сразу вспоминается — не сдам на 5, не получу красный аттестат, все завалю и т.д. и т.п. Даже жить не хочется с такой перспективой... Иногда думаю, что лучше было бы просто умереть, тогда никакие проблемы уже не страшны..... 1. Исходя из представленной ситуации, определите характер трудностей обучающейся в процессе подготовки и сдачи экзаменов. 2. Составьте рекомендации (с учетом личностных особенностей обучающейся), позволяющие ей успешно подготовиться и сдать экзамены, избавившись от суицидальных мыслей.

Задача 27. «До ЕГЭ остается совсем немного времени, а страх все растет. Я не высыпаюсь, часто срываюсь на близких мне людей, плачу по малейшему поводу. Естественно, сил на учебу уже не хватает, и материал плохо запоминается. И чем ближе экзамены, тем хуже мне становится. Боюсь, что к ЕГЭ не смогу даже порог класса переступить. Что делать?» 1. Опираясь на представленный отрывок, охарактеризуйте эмоциональное состояние выпускницы. 2. Предложите пути выхода из данной ситуации.

Задача 28. Смоделируйте текст клиента, кризисная ситуация которого описывается преимущественно на основе происходящих с ним событий. Каковы отличительные особенности позиции этого клиента? Ваши предложения работы с ним.

Задача 29. Смоделируйте текст клиента, в тексте описания кризисной ситуации которого в основном отражаются его действия, поведение, их характеристики.. Чем отличается позиция этого клиента? Как вы думаете построить работу с ним?

Задача 30. Смоделируйте текст клиента, в тексте высказывания которого отражаются, прежде всего, его чувства и переживания. Какие отличительные особенности личности характеризуют этого клиента? Направление вашей работы?

Задача 31. На консультации молодой человек обсуждает ситуацию первых месяцев своей работы: «Я готов все бросить. Не вижу, как можно справиться со всем этим. Я стараюсь, как могу, но ничего не получается. Зарботки для меня не имеют значения, я хочу профессионально научиться делать свое дело». Обо всем этом он говорил и со своими друзьями, но так и не нашел у них поддержки. И теперь с ними не разговаривает. Но сам из-за этого переживает и нервничает. Определите уровень и тип ответной реакции в ситуации, требующей психологической поддержки. Как вы думаете построить работу с данным клиентом?

Задача 32. Можно ли приведенное высказывание М. Л. Сабунаевой перенести на все критические ситуации родителей, связанные с проблемами детей (тяжелое заболевание ребенка, госпитализация, школьные проблемы, «разведенный» ребенок и т.д.)? «Критические ситуации, связанные с детьми, по-разному переживаются мужчиной и женщиной в связи с разным содержанием гендерных ролей матерью и отца... Роль матери чаще описывается через биологические детерминанты, а роль отца снижена и ее содержание часто остается недифференцированным».

**Тематика эссе (Перечень компетенций (индикаторов), проверяемых оценочным средством: ИПК-2.1, ИПК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2.**

Травма не является частью истории, она вынесена за скобки. Травма – это то, что мы отказываемся признать частью своей истории. (Сири Хуственд)

Травмы заметно влияют на нашу жизнь. Иногда мы являемся жертвой, иногда преступником. При этом болят и те раны, которые мы наносим другим, причем часто сильнее наших собственных. То, что мы когда-то испытали, мы передаем другим, не помня о собственной боли. Человек, получивший травму, когда-нибудь причинит другому такую же боль, в большинстве случаев неосознанно. Часто люди бывают потрясены тем, какую боль они причинили другим, в глубине души чувствуя, что не их жертва, а они сами были объектами своей агрессии. (Макс Лисс)

«Уровень физиологического стресса наиболее низок в минуты равнодушия, но никогда не равен нулю (это означало бы смерть)». (Ганс Селье)

«Совладание есть процесс сопротивления бедственным обстоятельствам; усилия, прилагаемые с целью решить личностные и межличностные проблемы, подчинить себе, минимизировать, сократить или перетерпеть стрессовую или конфликтную ситуацию». (М. Лаад, Э. Хадоми)

«Человек так устроен, что, если поместить его в психологически комфортную, абсолютно бесконфликтную среду, он начнет генерировать стрессовые ситуации». (Анна Борисова)

«Все стрессы, которые мы испытываем, вызываются неприятием того, что есть». (Байрон Кейти)

«Смерть – это такое событие, которое нельзя исправить, его можно только пережить. И никто за человека, потерявшего близкого, этого не сможет сделать, только он сам». (Ф.Е. Васильюк)

«Тревога смерти обратно пропорциональна удовлетворению жизнью». (Ирвин Ялом)

«Если движешься в том направлении, в котором растет твой страх, значит, ты на правильном пути». (М. Павич)

«Бояться – это значит знать, что ты живешь, а делать то, что боишься сделать, – это и есть жизнь». (У. Фолкнер)

«Мы должны быть благодарны тому, что существует смерть. Именно она заставляет нас искать смысл жизни». (Дж. Рейнуотер)

«Разговор о смерти с психологической точки зрения может рассматриваться как косвенное приближение к смерти, только на другом уровне». (Р. Моуди)

«Боль всегда была инструментом пробуждения сознания; мы реально умеем ценить только те вещи, которые однажды потеряли». (Хорхе Анхель Ливрага)

Жизнь имеет в точности ту ценность, которой мы хотим ее наделить. (И. Бергман)

**Тестовые задания (Перечень компетенций (индикаторов), проверяемых оценочным средством: ИПК-2.1, ИПК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2.**

### **ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ 1**

Выберите все правильные ответы.

#### **1. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ**

- 1) фактор угрозы, опасности
- 2) психическое отражение переживаний
- 3) возникновение состояния стресса
- 4) нарушения двигательного, речевого поведения
- 5) нарушение сознания

#### **2. ОСОБЕННОСТИ ИНТЕНСИВНОСТИ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ**

- 1) катастрофические (массивные)
- 2) ситуационные острые
- 3) депривационные ситуации
- 4) пролонгированные ситуационные
- 5) хронические психотравмы

#### **3. ХАРАКТЕРИСТИКИ ПСИХИЧЕСКОЙ ТРАВМЫ У ДЕТЕЙ**

- 1) шоковые психотравмы
- 2) психологически значимые ситуации
- 3) пролонгированные ситуационные
- 4) ситуации психической депривации
- 5) хронические действующие психотравмы

#### **4. ОСОБЕННОСТИ ПСИХОСОЦИАЛЬНЫХ ФАКТОРОВ, ВЫЗЫВАЮЩИХ СТРЕСС**

- 1) глобальный страх
- 2) неблагоприятные семейные ситуации
- 3) переживание положительных эмоций
- 4) длительное пребывание в лечебных учреждениях
- 5) переживания, связанные с национальной враждой

#### **5. ХАРАКТЕРИСТИКИ ТЯЖЕСТИ СТРЕССА ПО ШКАЛЕ DSM-IV**

- 1) слабый стресс
- 2) отсутствие стресса
- 3) катастрофический стресс
- 4) депривационные ситуации
- 5) тяжелый стресс

#### **6. ТИПЫ ЗНАЧИМЫХ СИТУАЦИЙ ДЛЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ**

- 1) школьных трудностей и неудач
- 2) нарушенные супружеские отношения
- 3) болезнь и смерть близких
- 4) потеря работы
- 5) напряженные отношения в семье

### **ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ 2**

Выберите все правильные ответы.

#### **1. ХАРАКТЕРИСТИКИ СТРЕССОВЫХ СОСТОЯНИЙ ПО К.ЯСПЕРСУ**

- 1) ведущая роль психотравмы в возникновении расстройств

- 2) психотические симптомы
  - 3) связь психотравмы с переживаниями
  - 4) обратимость симптомов
  - 5) органический характер расстройств
2. КЛАССИФИКАЦИЯ СТРЕССОВЫХ РАССТРОЙСТВ ПО МКБ-10
- 1) острая реакция на стресс
  - 2) посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР)
  - 3) органическое астеническое расстройство
  - 4) расстройство адаптации
  - 5) эпизодическая пароксизмальная тревожность
3. ОСНОВНЫЕ ХАРАКТЕРИСТИКИ ОСТРОЙ РЕАКЦИИ НА СТРЕСС ПО МКБ-10
- 1) длительность от часов до 2-3 дней
  - 2) длительность от 14 дней до 1 месяца
  - 3) действие тяжелого катастрофического стресса
  - 4) воздействие хронических психотравм
  - 5) развитие аффективно-шоковых реакций
4. ОСОБЕННОСТИ ПТСР У ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ
- 1) развитие симптомов в течение 6 месяцев
  - 2) длительное воздействие психотравм
  - 3) патологические воспоминания («флешбеки»)
  - 4) развитие симптомов в первые часы действия стресса
  - 5) депрессивные расстройства
5. ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ КРИТЕРИИ РАССТРОЙСТВА АДАПТАЦИИ
- 1) значительные изменения условий жизни
  - 2) значение индивидуальной особенности в период адаптации
  - 3) аффективные расстройства
  - 4) органические нарушения
  - 5) агрессивные и асоциальные эпизоды в поведении
6. КЛИНИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ РАССТРОЙСТВ В УСЛОВИЯХ ДЕПРИВАЦИИ
- 1) регрессивные проявления
  - 2) параутистическое нарушение поведения
  - 3) задержки развития
  - 4) двигательные стереотипии
  - 5) расстройство мышления

### **ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ 3**

Выберите все правильные ответы.

1. ДИАГНОСТИЧЕСКИЕ МЕТОДЫ ПРИ СТРЕССОВЫХ СОСТОЯНИЯХ У ДЕТЕЙ
- 1) наблюдение за игрой и поведением ребенка
  - 2) шкала тревожности Спилберга-Ханина
  - 3) тест Векслера
  - 4) проективные методики
  - 5) тест выбора цветов Люшера
2. МЕДИЦИНСКИЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПСИХОПРОФИЛАКТИКИ
- 1) охрана женщины во время беременности
  - 2) раннее наблюдение за детьми
  - 3) создание оптимальных условий жизни людей
  - 4) оздоровление потомства
  - 5) совершенствование подготовки врачей
3. ОСНОВНЫЕ МЕРОПРИЯТИЯ ПЕРВИЧНОЙ ПСИХОПРОФИЛАКТИКИ
- 1) ранняя диагностика
  - 2) охраны семьи и предупреждение ее распада
  - 3) уменьшение степени болезненных расстройств

- 4) реабилитационные мероприятия
  - 5) проведение оздоровительных мероприятий (отдых, спорт)
4. ОСОБЕННОСТИ ВТОРИЧНОЙ ПСИХОПРОФИЛАКТИКИ
- 1) предупреждение неблагоприятной динамики заболевания
  - 2) применение психотерапии
  - 3) психофармакотерапия
  - 4) ранняя диагностика расстройств
  - 5) оказание психологической поддержки
5. ТЕРАПИЯ ДЕТЕЙ И ПОДРОСТКОВ С РЕАКЦИЕЙ ГОРЯ
- 1) побуждение пациента к обсуждению переживаний
  - 2) избегание обсуждения пережитого горя
  - 3) назначение небольших доз лекарственных средств
  - 4) психотерапевтические мероприятия
  - 5) взаимодействие с группой поддержки
6. ОКАЗАНИЕ ПСИХИАТРИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ ПРИ ИЗНАСИЛОВАНИИ
- 1) социальная поддержка, обсуждение, активизация черт характера
  - 2) юридическое заверенное согласие пострадавшего на обследование
  - 3) избегание обсуждения пережитого горя
  - 4) облегчение психической травмы
  - 5) предотвращение инфицирования и беременности (для девушек)

**Контрольная работа (Перечень компетенций (индикаторов), проверяемых оценочным средством: ИПК-2.1, ИПК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2.**

**Задание 1.** Психодиагностика экстремальных состояний в практике психологического консультирования. Подготовить устные обзорные сообщения по имеющимся экстремальным состояниям в практике психологического консультирования. Сделать анализ классификаций, составить схему «Виды экстремальных состояний человека» Обсудить в микрогруппах и выделить цель и задачи работы психолога-консультанта по психодиагностике экстремальных состояний.

**Задание 2.** Психодиагностика экстремальных состояний в практике психологического консультирования. Подобрать серию (батарею) методик по психодиагностике экстремальных состояний. Продемонстрировать работу с методикой в группе.

**Задание 3.** Профессиональная подготовка консультанта службы экстренной психологической помощи. Подобрать серию (батарею) методик по психодиагностике профессионально важных личностных качеств консультанта. Продемонстрировать работу с методикой в группе. Составить программу профилактики эмоционального выгорания специалиста.

**Задание 4.** Теоретически смоделируйте и проанализируйте следующие ситуации:

- Теоретически смоделируйте, опишите психологические характеристики человека, находящегося в ситуации кризиса (возрастного, экзистенциального, профессионального, семейного и т.д.) и создайте пошаговый алгоритм индивидуальной работы с таким клиентом.

- Смоделируйте семейный анамнез клиента, находящегося в ситуации суицидального кризиса, и создайте программу реабилитационной работы с клиентом и его семьей.

- Теоретически смоделируйте ситуацию профессиональной деятельности сотрудников МЧС, пожарной охраны по спасению суицидента. Разработайте поведенческий алгоритм под различные гипотезы о причинах попытки к суициду.

- Теоретически смоделируйте ситуацию: факторы, внешние и внутренние проявления эмоционально-поведенческого, вегетативного, когнитивного или социально-

психологического субсиндромов стресса. Обозначьте возможные затруднения для задач дифференциальной диагностики наблюдаемых состояний.

- Предложите поведенческий алгоритм для специалистов-психологов различных направлений (психолог-консультант в процессе индивидуального консультирования, психолог МЧС в процессе работы с жертвой происшествия) при работе с различными типами реакций на фрустрацию.

- Проанализируйте любое общественное событие, в ходе которого имела место состояние паники. В анализе отразите факторы, стимулы, особенности протекания и возможные психологические средства предотвращения и прекращения паники.

- Теоретически смоделируйте ситуацию с рассказом о попытке самоубийства обращения клиента в службу «Телефон Доверия» в 219 предсуицидальном состоянии (воображаемая попытка), после неудавшейся попытки, в процессе совершения. Создайте поведенческий алгоритм действий по оказанию психологической помощи для специалиста-психолога.

### **Терминология (Перечень компетенций (индикаторов), проверяемых оценочным средством: ИПК-2.1, ИПК-2.2, ИПК-3.1, ИПК-3.2.**

**Апатия** - состояние полного безразличия, равнодушия. Характеризуется снижением психической активности, безразличием, отсутствием интереса к окружающему, равнодушием, безволием

**Ассертивное поведение** (от англ. to assert – утверждать, отстаивать) – непосредственное, честное и решительное выражение человеку своей позиции, своих чувств мыслей и желаний с уважением чувств, позиции, прав и желаний другого человека.

**Адаптационный синдром** – совокупность адаптационных реакций организма (человека и животных), носящих общий защитный характер и возникающих в ответ на значительные по силе и продолжительности неблагоприятные воздействия – стрессоры. Функциональное состояние, развивающееся под действием стрессоров, называется стрессом.

**Адренокортикотропный гормон (АКТГ)** – гормон вырабатываемый гипофизом, направленный на кору надпочечников, где под воздействием АКТГ усиливается синтез и секреция кортикостероидов. Принимает участие в адаптационном синдроме (стрессе).

**Аутогенная тренировка** (аутотренинг, от греч. autos – сам + гennaо – рождаю) – психотерапевтический метод широкого профиля, используемый для лечения заболеваний как функционального, так и органического характера. Применяется также как средство психологической саморегуляции состояний.

**«Витаминная модель» П.Б.Ворра** – модель, согласно которой существует связь между девятью признаками окружающей среды и психологическим благополучием.

**Визуализация (использование позитивных образов)** – одна из техник для нейтрализации стресса, предполагающая использование положительных зрительных образов и фиксации на них.

**Горе** - реакция на утрату значимого объекта, утрату части собственной идентичности или ожидаемого будущего.

**Диспозиционный подход** – подход, предполагающий существование особых личностных качеств, обуславливающих лучшее совладание с негативными стрессовыми реакциями.

**Дистресс** – стресс, связанный с выраженными негативными эмоциями и оказывающий вредное влияние на здоровье.

**Дыхательные техники (на примере ребефинга)** – техники, применяющиеся для устранения для активизации различных травматических событий, хранящихся в бессознательном; для повторного переживания событий жизни, обуславливающих наличие стресса, психологических проблем, заболеваний психосоматических, негативного



контекста в позитивный.

**Истощение** – необязательная стадия стресса, возникающая в условиях, когда факторы, вызвавшие стресс, превышают защитные силы организма.

**Информационная модель стрессоустойчивости** – модель ресурсов человека в стрессовых ситуациях, согласно которой возможно когнитивное, эмоциональное, поведенческое и социально-психологическое преодоление стресса.

**Копинг-стратегии** – совокупность когнитивно-поведенческих действий, зависящих от ситуационного контекста и направленных на преодоление стрессовых ситуаций.

**Методы психологической саморегуляции** – комплекс методов и обучающих программ, направленных на формирование адекватных внутренних средств деятельности человека по управлению собственным состоянием. Ориентированы на обучение человека специальным приемам произвольного изменения собственного состояния, которые в дальнейшей жизни могут использоваться им самостоятельно.

**Метод биологической обратной связи (БОС)** – передача человеку дополнительной, не предусмотренной природой информации о состоянии его органов и систем в доступной и наглядной форме.

**Напряженность психическая** – психическое состояние, обусловленное предвосхищением неблагоприятного развития событий. Сопровождается ощущением общего дискомфорта, тревоги, иногда страха. В отличие от тревоги, включает в себя готовность овладеть ситуацией, действовать в ней определенным образом.

**Насилие-** физическое, психическое, социальное воздействие на человека со стороны другого человека, семьи, группы или государства, вынуждающим его прерывать значимую деятельность и исполнять другую, противоречащую ей, либо угрожающую его физическому или психическому здоровью и целостности.

**Невроз** – группа самых распространенных пограничных нервно-психических расстройств, психогенных по природе, но не обусловленных психотическими состояниями. Возникают под влиянием неудовлетворенности, тяжелых переживаний, перенапряжений, недостижимости жизненных целей, невосполнимости потерь и прочих психотравмирующих факторов

**Невротический страх** — навязчивое эмоциональное состояние индивида или общества, часто беспредметное, побуждающее к неадекватной реакции на реальные или мифические опасности

**Нервно-мышечная релаксация** - техника (методика) саморегуляции состояний, использующая в качестве основного приема попеременное напряжение и расслабление различных мышечных групп, что обеспечивает быстрое достижение состояния релаксации (расслабления).

**«Модель профессионального стресса Р.Карасека»** – модель, согласно которой высокое физическое и психологическое напряжение возникает при сочетании высоких требований со стороны рабочей ситуации и низкого уровня контроля над ней.

**Модель взаимосвязи стресса и поддержки С.Файнмена** – модель, согласно которой люди, направленные на получение социальной поддержки, лучше переносят стресс.

**Парателический тип личности** – это тип личности, у которого низкий уровень возбуждения вызывает скуку, а высокий уровень возбуждения будет восприниматься как удовольствие (в то время как телический тип личности характеризуется спокойствием при низком уровне возбуждения и тревогой при высоком уровне напряжения).

**Посттравматический синдром** – психологическое состояние, которое возникает в результате психотравмирующих ситуаций, выходящих за пределы обычного человеческого опыта и угрожающих физической целостности субъекта или других людей. Отличается пролонгированным воздействием, имеет латентный период, и проявляется в период от шести месяцев до десяти лет и более после перенесения однократной или

повторяющейся психологической травмы

**Профессиональная деформация личности** – изменение качеств личности (стереотипов восприятия, ценностных ориентации, характера, способов общения и поведения), которое наступает под влиянием выполнения профессиональной деятельности.

**Профессиональный стресс** – напряженное состояние сотрудника, возникающее у него при воздействии эмоционально отрицательных и экстремальных факторов, связанное с выполняемой деятельностью.

**Психологический стресс психологический** – не только как реакция, но и процесс, в котором требования среды рассматриваются личностью, исходя из ее ресурсов и вероятности разрешения возникающей проблемной ситуации, что определяет индивидуальные различия в реакции на стрессовую ситуацию.

**Психология здоровья** - междисциплинарная область знаний, в которой изучаются причины заболеваний, факторы, благоприятные для здоровья, условия развития индивидуальности на протяжении всего жизненного пути, а также разрабатываются способы (методы) сохранения и профилактики психического здоровья личности.

**Психосоматика** (от греч. psyche – душа + soma – тело) – направление в медицине, изучающее роль психических факторов в этиологии и патогенезе функциональных и органических расстройств организма человека (бронхиальной астмы, гипертонической болезни, стенокардии, язвенной болезни двенадцатиперстной кишки и др.).

**Рациональная психотерапия** – метод лечения, при котором акцент делается на человеческое мышление и разум. Терапевтическое воздействие заключается в логическом и последовательном убеждении клиента в том, что его оценки собственного состояния ошибочны, и что источником внутренних проблем и переживаний служит не реальная действительность, а искаженное представление о ней.

**Ресурсы** – внутренние и внешние переменные, способствующие психологической устойчивости в стрессогенных ситуациях; это эмоциональные, мотивационно-волевые, когнитивные и поведенческие конструкты, которые человек актуализирует для адаптации к стрессогенным/стрессовым трудовым и жизненным ситуациям, это «средства (инструменты), используемые им для трансформации взаимодействия со стрессогенной ситуацией (по Н.Е.Водопьяновой).

**Резистентность** – стадия стресса, которая характеризуется устойчивой гипертрофией) коры надпочечников, стойким увеличением секреции гормонов коры надпочечников, активизацией процесса образования глюкозы, активизацией анаболических процессов синтеза, развитием длительной адаптации организма.

**Саморегуляция** (лат. regulare –подчинять определенному правилу) – произвольное и произвольное подчинение содержания психической деятельности и поведения (структуры деятельности) целям и задачам; способность управлять своими эмоциями, амбициями, поведением, особенно в эмоционально и когнитивно сложных ситуациях; умение управлять уровнем психологического стресса

**Сексуальное насилие**– это вовлечение ребенка в действие с сексуальной окраской с целью получения взрослыми сексуального удовлетворения или материальной выгоды.

**Синдром эмоционального выгорания** - многомерный конструкт, включающий в себя совокупность негативных психологических переживаний и дезадаптивного поведения как следствие продолжительных и интенсивных стрессов общения. Выгорание возникает как ответная реакция на ситуации с эмоциональной напряженностью и когнитивной сложностью.

**Ситуационный подход к проблеме стресса Р. Лазаруса** – подход, в контексте которого стресс рассматривается как транзакция между организмом и средой и придается особое внимание когнитивной оценке стресса и стрессовой ситуации в целом.

**Суицид** - (самоубийство), намеренное прекращение собственной жизни. Термин «суицидальные жесты» применялся для описания форм поведения, при которых индивид

наносит себе повреждения, зачастую достаточно тяжелые, без намерения убить себя

**Суицидальные замыслы** — это более активная форма проявления суицидальности. Тенденция к самоубийству нарастает в форме разработки плана: продумываются способы, время и место самоубийства.

**Суицидальные намерения** появляются тогда, когда к замыслу присоединяется волевой компонент — решение, готовность к непосредственному переходу во внешнее поведение.

**Суицидальная яшЄUя\_\_попытка** — это целенаправленное оперирование средствами лишения себя жизни, не закончившееся смертью. Попытка может быть обратимой и необратимой, направленной на лишение себя жизни или на другие цели.

**Завершенный суицид** — действия, завершенные летальным исходом. Таким образом, суицидальное поведение включает в себя все формы, за исключением завершенного суицида.

**Страх** - эмоция, возникающая в ситуациях угрозы биологическому или социальному существованию индивида и направленная на источник действительной или воображаемой опасности, при которой реальная опасность исходит от внешнего объекта

**Ступор** — оцепенение, паралич воли, проявляющийся резким ограничением (вплоть до полного блокирования) подвижности мышц и мыслительной способности.

**Сублиминальное (подпороговое) воздействие** — совокупность технических приемов, обеспечивающих воздействие на адресата помимо его внимания и сознания. Включает многочисленные разновидности эффекта двадцать пятого кадра в прямой или косвенной (усложненной) форме.

**Стресс информационный** – подвид психологического стресса, возникающий в ситуациях информационных перегрузок, когда субъект не справляется с задачей, не успевает принимать верные решения в требуемом темпе - при высокой ответственности за последствия решений.

**Стресс эмоциональный** – подвид психологического стресса, возникающий в появляется в ситуациях угрозы, опасности, обиды и пр. При этом различные его формы - импульсивная, тормозная, генерализованная - приводят к изменениям в протекании процессов психических, эмоциональным сдвигам, трансформации мотивационной структуры деятельности, нарушениям двигательного и речевого поведения.

**Стресс-анализ** – современная интегративная методика развития потенциала личности и избавления от последствий стресса, базирующаяся на принципах гуманистической психологии, интегральной психологии, современного коучинга, психологии успеха, технологии KNOWLEDGISM.

**Стресс-менеджмент** – раздел менеджмента, сфокусированного на теории и практике управления стрессами в организации (организационный стресс); профилактике профессионального стресса и повышении стрессоустойчивости работников (персонала).

**Стрессогенная ситуация** – это ситуация, содержащая некоторые объективные и субъективные характеристики с потенциальным риском стрессового реагирования участников — субъектов данной ситуации. Это имплицитно стрессовая ситуация. Структурные и содержательные элементы стрессогенной ситуации заключают в себе преимущественно имплицитные детерминанты стрессового реагирования, направленного на мобилизацию адаптационных возможностей человека. Превращается в стрессовую ситуацию для человека в результате субъективной (когнитивной) репрезентации ситуации

**Стрессор** – разнообразные экстремальные воздействия, приводящие к развитию нежелательного функционального состояния - стресса. Различаются стрессоры физиологические и психологические.

**Стрессоустойчивость** – системная динамическая характеристика, определяющая способность человека противостоять стрессорному воздействию или совладать со многими стрессогенными ситуациями, активно преобразовывая их или приспособляясь к ним без ущерба для своего здоровья и качества выполняемой деятельности.

**«Стокгольмский синдром»** - состояние, когда заложник стремится стать на сторону террориста, защитить его перед лицом правоохранительных органов.

**Тревога** (англ. anxiety) – переживание эмоционального дискомфорта, связанное с ожиданием неблагоприятия, предчувствием грядущей опасности. В отличие от страха как реакции на конкретную, реальную опасность тревога – это переживание неопределенной, диффузной, безобъективной угрозы.

**Тренинг стрессоустойчивости** – тренинг, основанный на теории сохранения ресурсов и направленный на повышение стрессоустойчивости (как способности противостоять стрессорному воздействию, активно преобразовывая его или приспособляясь к нему).

**Условно-рефлекторные техники** – техники, используемые в рамках поведенческой психотерапии и направленные на нейтрализацию стрессовых реакций (методика систематической десенсибилизации, «феддинг» (затухание), «иммерсия», «наводнение», имплозия и др.)

**Утомление** – временное снижение работоспособности под влиянием длительного воздействия нагрузки. Возникает вследствие истощения внутренних ресурсов индивида и рассогласования в работе, обеспечивающих деятельность систем. Сопровождается формированием комплекса субъективных переживаний усталости.

**Фрустрация** — психическое состояние, вызываемое непреодолимыми (или принимаемыми за таковые) препятствиями, неожиданно возникшими на пути к желаемой цели. Как правило, влечет за собой одну из двух характерных реакций: либо апатию и депрессию, либо всплеск агрессии

**Эго-психологическая модель стресса** – модель, согласно которой использование личностью зрелых эго-защит (сублимация, альтруизм, подавление и юмор) может снизить интенсивность эмоционального реагирования. Характеристики стрессора и ситуации не учитываются.

**Экстремальная ситуация** (от лат. *extremus* — крайний, критический) — внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию.

**Эустресс** – конструктивный стресс, вызывающий мобилизацию организма, поднимающий жизненный тонус.

**Эффективное целеполагание** – метод профилактики стрессов, предполагающий формирование навыков рационального и сознательного целеполагания и уменьшение частоты возникновения отрицательных эмоций.

**Эйфория** — радостное, благодушное настроение, не соответствующее объективным обстоятельствам. Обычно сопровождается повышенной двигательной активностью и легко сменяется фрустрацией

**Эмоциональное кружение** — обоюдное заражение, передача эмоционального состояния на психофизиологическом уровне контакта между организмами. Превышение оптимальной интенсивности Э. К. (см. Фасцинация) ведет к деградации группы социальной в толпу.

**Эмоциональный баланс** — оптимальное насыщение жизни положительными и отрицательными эмоциями. Длительное нарушение Э.Б. влечет за собой всплеск неспецифической активности, нацеленной на бессознательный поиск соответствующих эмоций. Одним из источников могут стать виртуальные псевдособытия в процессе циркуляции слухов.

## 4.2 Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации

### Вопросы для подготовки к экзамену:

1. Понятие о психологической травме
2. Виды психологической травмы
3. Эмоциональные и физические симптомы психотравм
4. Типы травматических ситуаций
5. Детские психотравмы
6. Эмоциональное и физическое насилие как психотравма
7. Травма потери
8. Стадии переживания горя и возможные патологические реакции
9. Помощь людям, пережившим утрату
10. Супружеская и семейная терапия при ПТСР
11. Исследование психической травмы в рамках психоаналитического подхода
12. Эволюция представлений о психической травме в работах З. Фрейда
13. Обзор концепций и моделей психической травмы в рамках когнитивной психологии
14. Концепции и модели психической травмы в экзистенциальной психологии
15. Взгляды Д. Винникотта на детское развитие
16. Окружение в пору младенчества как фактор наличия ранней травмы
17. Концепция внутренней реальности: интеграция психических феноменов, персонализация, реализация
18. Теория привязанности Дж.Боулби
19. Нарушение привязанности как фактор травматизации ребенка
20. Вклад Ф.Дольто в развитие детского психоанализа
21. Опыт работы с младенцами Ф.Дольто и ее последователей
22. Посттравматическое стрессовое расстройство у детей
23. Травмирующие события и их характеристики
24. Индивидуальные особенности реагирования на стрессоры
25. Диагностика ПТСР у детей
26. Стадии горевания. Четыре задачи горя
27. Психологические особенности детского горя
28. Оказание помощи ребенку, столкнувшимся с утратой
29. Понятие о жизненной ситуации. Обыденные и трудные жизненные ситуации
30. Переживание и поведение людей в напряженных и экстремальных ситуациях
31. Внешние и внутренние факторы эмоциогенности профессиональных и жизненных, напряженных и экстремальных ситуаций
32. Первичные реакции человека на напряженные и экстремальные ситуации
33. Влияние экстремальных ситуаций на познавательные процессы человека
34. Активная и пассивная формы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях, их преимущества и недостатки
35. Типы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях
36. Диагностика посттравматического стрессового расстройства
37. Диагностика психологических последствий травматического стресса. Профилактика посттравматического стрессового расстройства
38. Экстренная психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве
39. Состояние пострадавшего после трагического события
40. Различия в психологической картине посттравматического стресса при воздействии разных типов стрессоров
41. Виды психологической помощи при ПТСР: психологическое сопровождение; направление (ведение), управление; информирование; поддержка. Психологический дебрифинг

42. Понятие о кризисе. Сходство и различие нормативных и ненормативных кризисов
43. Три типа кризиса: кризисы развития, травматические кризисы и кризисы утраты
44. Психологическая помощь в кризисной ситуации в зависимости от вида и фазы кризиса
45. Кризис горя: от отрицания до принятия. Понятие о «нормальном» горе
46. Теоретические подходы к исследованию горя (Фрейд; Линдеман; Боулби; Стройби)
47. Устойчивость к травме и позитивная адаптация. Негативные, нейтральные и позитивные последствия психологической травмы
48. Особенности психотерапии и психокоррекции ПТСР
49. Психологические трудности терапевта, работающего с клиентом, пациентом, страдающим ПТСР
50. Специфика применения групповых методов оказания психологической помощи в экстремальной ситуации, при травме и утрате
51. Травмотерапия как форма психологической помощи: цели, задачи, принципы
52. Психологическая помощь при потере близкого человека (помощь на стадии шока; помощь на стадии острого горя; помощь на стадии восстановления)
53. Особенности психологического консультирования при суицидальных попытках
54. Помощь при психотравме, полученной в результате гибели близких и родных
55. Специфика психотравмы и психологической реабилитации родственников похищенных и пропавших без вести людей
56. Психологическая помощь беженцам и вынужденным переселенцам из «горячих точек»
57. Психологическая помощь жертвам террористических актов
58. Влияние травматического опыта участников военных конфликтов и специфика их психореабилитации
59. Влияние травматического опыта на сотрудников органов внутренних дел в процессе несения службы, при работе в экстремальных условиях и специфика их психореабилитации
60. Психотерапия детей, имеющих травматичный опыт

### **Критерии оценивания результатов обучения**

| <i>Оценка</i>                                    | <i>Критерии оценивания по экзамену</i>  |
|--|---|
| <i>Высокий уровень «5» (отлично)</i>             | <i>оценку «отлично» заслуживает студент, освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал без пробелов; выполнивший все задания, предусмотренные учебным планом на высоком качественном уровне; практические навыки профессионального применения освоенных знаний сформированы.</i> |
| <i>Средний уровень «4» (хорошо)</i>              | <i>оценку «хорошо» заслуживает студент, практически полностью освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не оценены максимальным числом баллов, в основном сформировал практические навыки.</i>  |
| <i>Пороговый уровень «3» (удовлетворительно)</i> | <i>оценку «удовлетворительно» заслуживает студент, частично с пробелами освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, многие учебные задания либо не выполнил, либо они оценены числом баллов близким к минимальному, некоторые практические навыки не сформированы.</i>        |

|   |  |
|---|--|
| Минимальный уровень «2» (неудовлетворительно) | оценку «неудовлетворительно» заслуживает студент, не освоивший знания, умения, компетенции и теоретический материал, учебные задания не выполнил, практические навыки не сформированы. |
|---|--|

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

– при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

– при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

– при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

## 5. Перечень учебной литературы, информационных ресурсов и технологий

### 5.1. Учебная литература

1. Решетников, М. М. Психическая травма : учебное пособие для вузов / М. М. Решетников. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 200 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05650-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493465> (дата обращения: 13.07.2022).

2. Мищенко, Л. В. Психическая травма. Социально-психологическое сопровождение и предотвращение рецидивов : учебное пособие для вузов / Л. В. Мищенко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 225 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06460-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493930> (дата обращения: 13.07.2022).

3. Красило, А. И. Консультирование посттравматических состояний: персоналистическое направление : учебное пособие для вузов / А. И. Красило. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14834-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/482218> (дата обращения: 13.07.2022).

Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья имеются издания в электронном виде в электронно-библиотечных системах «Лань» и «Юрайт».

## **5.2. Периодическая литература**

1. Базы данных компании «Ист Вью» <http://dlib.eastview.com>
2. Электронная библиотека GREBENNIKON.RU <https://grebennikon.ru/>

## **5.3. Интернет-ресурсы, в том числе современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

### **Электронно-библиотечные системы (ЭБС):**

1. ЭБС «ЮРАЙТ» <https://urait.ru/>
2. ЭБС «УНИВЕРСИТЕТСКАЯ БИБЛИОТЕКА ОНЛАЙН» [www.biblioclub.ru](http://www.biblioclub.ru)
3. ЭБС «BOOK.ru» <https://www.book.ru>
4. ЭБС «ZNANIUM.COM» [www.znanium.com](http://www.znanium.com)
5. ЭБС «ЛАНЬ» <https://e.lanbook.com>

### **Профессиональные базы данных:**

1. Web of Science (WoS) <http://webofscience.com/>
2. Scopus <http://www.scopus.com/>
3. ScienceDirect [www.sciencedirect.com](http://www.sciencedirect.com)
4. Журналы издательства Wiley <https://onlinelibrary.wiley.com/>
5. Научная электронная библиотека (НЭБ) <http://www.elibrary.ru/>
6. Полнотекстовые архивы ведущих западных научных журналов на Российской платформе научных журналов НЭИКОН <http://archive.neicon.ru>
7. Национальная электронная библиотека (доступ к Электронной библиотеке диссертаций Российской государственной библиотеки (РГБ) <https://rusneb.ru/>
8. Президентская библиотека им. Б.Н. Ельцина <https://www.prlib.ru/>
9. Электронная коллекция Оксфордского Российского Фонда <https://ebookcentral.proquest.com/lib/kubanstate/home.action>
10. Springer Journals <https://link.springer.com/>
11. Nature Journals <https://www.nature.com/siteindex/index.html>
12. Springer Nature Protocols and Methods <https://experiments.springernature.com/sources/springer-protocols>
13. Springer Materials <http://materials.springer.com/>
14. zbMath <https://zbmath.org/>
15. Nano Database <https://nano.nature.com/>
16. Springer eBooks: <https://link.springer.com/>
17. "Лекториум ТВ" <http://www.lektorium.tv/>
18. Университетская информационная система РОССИЯ <http://uisrussia.msu.ru>

### **Информационные справочные системы:**

1. Консультант Плюс - справочная правовая система (доступ по локальной сети с компьютеров библиотеки)

### **Ресурсы свободного доступа:**

1. Американская патентная база данных <http://www.uspto.gov/patft/>
2. Полные тексты канадских диссертаций <http://www.nlc-bnc.ca/thesescanada/>
3. КиберЛенинка (<http://cyberleninka.ru/>);
4. Министерство науки и высшего образования Российской Федерации <https://www.minobrnauki.gov.ru/>;
5. Федеральный портал "Российское образование" <http://www.edu.ru/>;



6. Информационная система "Единое окно доступа к образовательным ресурсам" <http://window.edu.ru/>;
7. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов <http://school-collection.edu.ru/> .
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (<http://fcior.edu.ru/>);
9. Проект Государственного института русского языка имени А.С. Пушкина "Образование на русском" <https://pushkininstitute.ru/>;
10. Справочно-информационный портал "Русский язык" <http://gramota.ru/>;
11. Служба тематических толковых словарей <http://www.glossary.ru/>;
12. Словари и энциклопедии <http://dic.academic.ru/>;
13. Образовательный портал "Учеба" <http://www.ucheba.com/>;
14. Законопроект "Об образовании в Российской Федерации". Вопросы и ответы [http://xn--273--84d1f.xn--p1ai/voprosy\\_i\\_otvety](http://xn--273--84d1f.xn--p1ai/voprosy_i_otvety)

### **Собственные электронные образовательные и информационные ресурсы КубГУ:**

1. Среда модульного динамического обучения <http://moodle.kubsu.ru>
2. База учебных планов, учебно-методических комплексов, публикаций и конференций <http://mschool.kubsu.ru/>
3. Библиотека информационных ресурсов кафедры информационных образовательных технологий <http://mschool.kubsu.ru;>
4. Электронный архив документов КубГУ <http://docspace.kubsu.ru/>
5. Электронные образовательные ресурсы кафедры информационных систем и технологий в образовании КубГУ и научно-методического журнала "ШКОЛЬНЫЕ ГОДЫ" <http://icdau.kubsu.ru/>

### **6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)**

Основными формами обучения студентов являются аудиторные занятия, включающие лекции, практические и лабораторные занятия, и самостоятельная работа учащихся. Тематика лекций и практических занятий соответствует содержанию программы дисциплины. На лекционных занятиях излагаются основные теоретические вопросы данного курса. Практические занятия предполагают широкое использование активных форм проведения занятий: дискуссий, круглых столов, собеседований, т.п.

Лабораторные занятия направлены на выработку умений и навыков диагностики личности с учетом дифференциации.

Система контроля усвоения знаний включает балльные оценки: опрос студентов на занятиях, контрольные работы, предоставление докладов, составление психологических портретов, ведение самонаблюдения, терминологических диктантов, разработкой электронных презентаций. Курс завершается сдачей зачета, экзамена.

Для создания условий усвоения дисциплины используются:

- учебно-методическая литература;
- операционализация содержания дисциплины при его изложении на лекциях и отработке на практических занятиях;
- аудио- и визуальные технические средства обучения (ТСО), позволяющие расширить возможности восприятия информации студентами (наглядные пособия: таблицы, схемы, плакаты, кино-, видеоматериалы и т.п.).

Обучение складывается из аудиторных занятий, включающих лекционный курс, практические и лабораторные занятия, и самостоятельной работы.

При изучении учебной дисциплины необходимо использовать, полученные в рамках модуля, знания и освоить практические умения необходимые для последующей профессиональной работы.

В соответствии с требованиями ФГОС ВО в учебном процессе широко используются активные и интерактивные формы проведения занятий в виде организации дискуссий, выступления на практикумах, защита отчетных работ на «круглом столе». Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах, составляет не менее 60% от аудиторных занятий.

Самостоятельная работа студентов подразумевает подготовку к практическим занятиям, текущему, промежуточному контролю и включает работу с научной и методической литературой, подготовку планов организации дискуссий, оформления отчетных работ. Работа с учебной литературой рассматривается как вид учебной работы и выполняется в пределах часов, отводимых на её изучение (в разделе СРС). Каждый обучающийся обеспечен доступом к библиотечным фондам Университета и кафедры.

Работа студента в группе формирует чувство коллективизма и коммуникабельность. Выполнение учебных заданий в рамках данной дисциплины способствует воспитанию у студентов навыков общения с клиентами. Самостоятельная работа способствует формированию ответственности, аккуратности, дисциплинированности.

Исходный уровень знаний студентов определяется терминологическим диктантом и коллоквиумом, текущий контроль усвоения предмета определяется опросами с электронной презентацией в ходе семинарских занятий, во время проведения дискуссий, при ответах на задачи и ситуации. В конце изучения учебной дисциплины проводится промежуточный контроль знаний с использованием билетов к экзамену.

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) - дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

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

*Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания на экзамене:*

Студенты обязаны сдать экзамен в соответствии с расписанием и учебным планом. Экзамен является формой контроля усвоения студентом учебной программы по дисциплине или ее части, выполнения практических, контрольных, реферативных работ.

Результат сдачи экзамена по прослушанному курсу должны оцениваться как итог деятельности студента в семестре, а именно - по посещаемости лекций, результатам работы на практических занятиях, выполнения самостоятельной работы. При этом допускается на очной форме обучения пропуск не более 20% занятий, с обязательной отработкой пропущенных семинаров. Студенты, у которых количество пропусков, превышает установленную норму, не выполнившие все виды работ и неудовлетворительно работавшие в течение семестра, проходят собеседование с преподавателем, который опрашивает студента на предмет выявления знания основных положений дисциплины.

Критерии оценки:

Отметкой "ОТЛИЧНО" оценивается ответ, который показывает прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой

раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа.

Отметкой "ХОРОШО" оценивается ответ, обнаруживающий прочные знания основных процессов изучаемой предметной области, отличается глубиной и полнотой раскрытия темы; владение терминологическим аппаратом; умение объяснять сущность, явлений, процессов, событий, делать выводы и обобщения, давать аргументированные ответы, приводить примеры; свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается одна - две неточности в ответе.

Отметкой "УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" оценивается ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой предметной области, отличающийся недостаточной глубиной и полнотой раскрытия темы; знанием основных вопросов теории; слабо сформированными навыками анализа явлений, процессов, недостаточным умением давать аргументированные ответы и приводить примеры; недостаточно свободным владением монологической речью, логичностью и последовательностью ответа. Допускается несколько ошибок в содержании ответа.

Отметкой "НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО" оценивается ответ, обнаруживающий незнание процессов изучаемой предметной области, отличающийся неглубоким раскрытием темы; незнанием основных вопросов теории, несформированными навыками анализа явлений, процессов; неумением давать аргументированные ответы, слабым владением монологической речью, отсутствием логичности и последовательности. Допускаются серьезные ошибки в содержании ответа.

Оценочные средства для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья выбираются с учетом их индивидуальных психофизических особенностей.

- при необходимости инвалидам и лицам с ограниченными возможностями здоровья предоставляется дополнительное время для подготовки ответа на экзамене;

- при проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями;

- при необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине может проводиться в несколько этапов.

Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:

- в печатной форме,
- в форме электронного документа.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

### **Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания эссе:**

Написание эссе – вид самостоятельной работы студентов по написанию сочинения небольшого объема и свободной композиции на частную тему, трактуемую субъективно и

обычно неполно. Тематика эссе должна быть актуальной, затрагивающей современные проблемы области изучения дисциплины. Студент должен раскрыть не только суть проблемы, привести различные точки зрения, но и выразить собственные взгляды на неё. Этот вид работы требует от студента умения чётко выражать мысли как в письменной форме, так и посредством логических рассуждений, ясно излагать свою точку зрения.

### **Требования к оформлению эссе:**

Эссе должно иметь ограниченный объем (не более 10 страниц машинописного текста, формат страницы – А4, книжная ориентация, Шрифт – Times New Roman. Размер шрифта 14. Интервал 1,5. Поля: левое – 3 см, правое – 1,5 см, верхнее и нижнее – по 2 см. Нумерация страниц в низу, по центру листа, арабскими цифрами. В тексте ссылки нумеруются в квадратных скобках, номер указывает на источник в списке литературы.

Требования к оформлению эссе включают следующую структуру работы:

1. ФИО участника (полностью), страна, название учебного заведения, факультет, курс.
2. ФИО преподавателя, степень, должность, звание.
3. Название темы – на русском языке.
4. Аннотация: описывает цели, задачи, инструментарий и результаты проведенного исследования (теоретического или практического), а также возможности его практического применения.
5. Ключевые слова – на русском.
6. Текст должен содержать:
  - вводную часть: значение исследуемых научных фактов в теории и практике;
  - основную часть: анализ и обобщение материала, разъяснение собственной позиции;
  - выводы и рекомендации. Работа обязательно должна содержать в себе ответы на вопросы, поставленные вводной частью, продемонстрировать конкретные выводы;
  - литературу. Список литературы оформляется в соответствии с ГОСТом 7.1-2003. В тексте ссылки нумеруются в квадратных скобках, номер указывает на источник в списке литературы. В эссе, рекомендуется использовать не менее 10 литературных источников.

На подготовку и выполнение эссе отводится 2 часа.

### **Критерии оценки по эссе:**

- оценка «отлично» выставляется студенту, если выбранная тема актуальна, в тексте она представлена логично, полно. Выражено свое отношение к теме и описаны собственные оригинальные идеи;
- оценка «хорошо» выставляется студенту, если выражена актуальность выбранной темы. Логичность изложения. Тема раскрыта недостаточно полно. Объем соответствует требованиям к данному виду работ. Недостаточно аргументированы собственные идеи;
- оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если: выбранная тема актуальна, но недостаточно полно раскрыта. Объем не соответствует требованиям к данному виду работ. Слабо отражены собственные идеи, но текст выстроен логично и последовательно;
- оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не предоставил работу.

**Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания создания сообщений с электронной презентаций:**

Создание презентаций – вид самостоятельной работы студентов по созданию наглядных информационных пособий, выполненных с помощью мультимедийной компьютерной программы PowerPoint. Этот вид работы требует координации навыков студента по сбору, систематизации, переработке информации, оформления её в виде подборки материалов, кратко отражающих основные вопросы изучаемой темы, в электронном виде.

### **Требования к компьютерной презентацией:**

Серией слайдов студент передаёт содержание темы своего исследования, её главную проблему и социальную значимость. Слайды позволяют значительно структурировать содержание материала и, одновременно, заостряют внимание на логике его изложения. Происходит постановка проблемы, определяются цели и задачи, формулируются вероятные подходы её разрешения. Слайды презентации должны содержать логические схемы реферируемого материала.

Студент при выполнении работы может использовать картографический материал, диаграммы, графики, звуковое сопровождение, фотографии, рисунки и другое. Каждый слайд должен быть аннотирован, то есть он должен сопровождаться краткими пояснениями того, что он иллюстрирует. Во время презентации студент имеет возможность делать комментарии, устно дополнять материал слайдов. После проведения демонстрации слайдов студент должен дать личную оценку значимости изученной проблемной ситуации и ответить на заданные вопросы.

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

### **Критерии оценки компьютерной презентации:**

– оценка «отлично» выставляется студенту, если актуальность выбранной темы представлена и подтверждена примерами из литературы и практики. Презентация четко структурирована и логично иллюстрирует содержание рассматриваемой темы, в ней представлены различные форматы: текстовые, табличные, рисунки, диаграммы и т.п., а также анимация и эффекты.

– оценка «хорошо» выставляется студенту, если актуальность темы четко выражена, но слабо подтверждена примерами из литературы или практики. Попытки представить убедительные доводы есть, но они недостаточны. Нечетко структурировано изложение. Содержание изучаемой проблемы раскрыто полно, логично. Определена система рассматриваемых понятий. Презентация четко и логично иллюстрирует содержание рассматриваемой темы, в ней представлены различные форматы: текстовые, рисунки, а также анимация и эффекты.

– оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если актуальность выбранной темы представлена недостаточно. Недостаточная убедительность представленных доводов. Большая привязка к тексту. Отношение к представляемой теме недостаточно выражено. Раскрыто содержание изучаемой проблемы. Определена система рассматриваемых понятий. Презентация составлена в текстовом формате, без анимации, эффектов. Студент неэффективно использует мультимедийные средства;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не предоставил работу.

### **Критерии оценки опроса:**

– оценка «отлично» выставляется студенту, если он глубоко изучил учебный материал и литературу по проблеме, последовательно и исчерпывающе отвечает на поставленные вопросы;

– оценка «хорошо» выставляется студенту, если он твердо знает материал и отвечает без наводящих вопросов, разбирается в литературе по проблеме;

– оценка «удовлетворительно» выставляется студенту, если он знает лишь основной материал, путается в литературе по проблеме, а на заданные вопросы отвечает недостаточно четко и полно;

– оценка «неудовлетворительно» выставляется студенту, если он не усвоил основного материала, не смог достаточно полно и правильно ответить на поставленные вопросы, не знает литературы по проблеме.

### **Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания терминологии:**

Средство оценивания: терминология

Методика оценивания:

| <b>Наименование оценки</b> | <b>Критерий</b>   |
|----------------------------|---|
| Отлично                    | получает студент выполнивший задание по теоретическому блоку – от 90 до 100 % баллов        |
| Хорошо                     | получает студент выполнивший задание по теоретическому блоку – от 70 до 90 % баллов         |
| Удовлетворительно          | получает студент выполнивший задание по теоретическому блоку – от 50 до 70 % баллов .       |
| Неудовлетворительно        | получает студент выполнивший задание по теоретическому блоку и набравший менее 50 % баллов. |

### **Методические рекомендации, определяющие процедуры оценивания тестовых заданий, кейс-заданий**

Средство оценивания: тестовое задание кейс-задания

Методика оценивания:

| <b>Наименование оценки</b> | <b>Критерий</b>               |
|----------------------------|-------------------------------|
| Отлично                    | Выполнено правильно более 85% |
| Хорошо                     | Выполнено правильно более 67% |
| Удовлетворительно          | Выполнено правильно более 50% |
| Неудовлетворительно        | Выполнено правильно менее 50% |

В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная учебная работа (консультации) – дополнительное разъяснение учебного материала.

Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта

между преподавателем и обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья.

## 7. Материально-техническое обеспечение по дисциплине (модулю)

| Наименование специальных помещений  | Оснащенность специальных помещений  | Перечень лицензионного программного обеспечения   |
|---|---|---|
| Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа   | Мебель: учебная мебель<br>Технические средства обучения: экран, проектор, компьютер | Microsoft Office 365 Professional Plus<br>(№73–АЭФ/223-ФЗ/2018<br>Соглашение MicrosoftESS 72569510 от 06.11.2018г.) |
| Учебные аудитории для проведения занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации | Мебель: учебная мебель<br>Технические средства обучения: экран, проектор, компьютер | Microsoft Office 365 Professional Plus<br>(№73–АЭФ/223-ФЗ/2018<br>Соглашение MicrosoftESS 72569510 от 06.11.2018г.) |
| Учебные аудитории для проведения лабораторных работ.  | Мебель: учебная мебель<br>Технические средства обучения: экран, проектор, компьютер | Microsoft Office 365 Professional Plus<br>(№73–АЭФ/223-ФЗ/2018<br>Соглашение MicrosoftESS 72569510 от 06.11.2018г.) |
| Учебные аудитории для курсового проектирования (выполнения курсовых работ)  | Мебель: учебная мебель<br>Технические средства обучения: экран, проектор, компьютер | Microsoft Office 365 Professional Plus (№73–АЭФ/223-ФЗ/2018<br>Соглашение MicrosoftESS 72569510 от 06.11.2018г.)    |

Для самостоятельной работы обучающихся предусмотрены помещения, укомплектованные специализированной мебелью, оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

| Наименование помещений для самостоятельной работы обучающихся                       | Оснащенность помещений для самостоятельной работы обучающихся  | Перечень лицензионного программного обеспечения   |
|---|--|---|
| Помещение для самостоятельной работы обучающихся (читальный зал Научной библиотеки) | Мебель: учебная мебель<br>Комплект специализированной мебели: компьютерные столы<br>Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационно-коммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, веб-камеры, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение и беспроводное соединение по технологии Wi-Fi) | Microsoft Office 365 Professional Plus<br>(№73–АЭФ/223-ФЗ/2018<br>Соглашение MicrosoftESS 72569510 от 06.11.2018г.) |

|   |   |  |
|---|---|--|
| <p>Помещение для самостоятельной работы обучающихся (ауд.16,14,11,21)</p> | <p>Мебель: учебная мебель<br/>Комплект специализированной мебели: компьютерные столы<br/>Оборудование: компьютерная техника с подключением к информационно-коммуникационной сети «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации, веб-камеры, коммуникационное оборудование, обеспечивающее доступ к сети интернет (проводное соединение и беспроводное соединение по технологии Wi-Fi)</p> | <p>Microsoft Office 365 Professional Plus<br/>(№73–АЭФ/223-ФЗ/2018<br/>Соглашение MicrosoftESS 72569510 от 06.11.2018г.)</p> |
|---|---|--|