

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**
Волгоградский институт управления - филиал
Факультет государственного и муниципального управления
Кафедра социологии, общей и юридической психологии

УТВЕРЖДЕНА
учёным советом
Волгоградского института управления –
филиала РАНХиГС
Протокол №2 от 24.09.2024 г.

ПРОГРАММА СПЕЦИАЛИТЕТА
Психология служебной деятельности

(НАИМЕНОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ)

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ,
реализуемой без применения электронного (онлайн) курса**

Б1.В.09 Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях
КОД И НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

37.05.02 Психология служебной деятельности

(код, наименование направления подготовки (специальности))

*Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности
очная*

(форма(ы) обучения)

Год набора - 2025

Волгоград, 2024 г.

Автор(ы)–составитель(и):

Канд. филос. наук,
доцент кафедры социологии, общей
и юридической психологии

Хрипунова С.В.

Зав. кафедрой социологии, общей
и юридической психологии

Кузеванова А.Л.

РПД Б1.В.09 Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях
одобрена на заседании кафедры социологии, общей и юридической психологии Протокол
от 30 августа 2024 № 1

СОДЕРЖАНИЕ

1.	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы	4
1.1	Осваиваемые компетенции	4
1.2	Результаты обучения.....4.....	
2.	Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы	4
3.	Содержание и структура дисциплины	6
3.1	Структура дисциплины	6
3.2	Содержание дисциплины ...6.....	
4.	Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации	13
4.1.	Формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации.....	13
4.2	Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации	13.....
5.	Оценочные материалы промежуточной аттестации по дисциплины	20
5.1.	Методы проведения экзамены	20
5.2	Оценочные материалы промежуточной аттестации	20.....
6.	Методические материалы по освоению дисциплины	20
7.	Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет	
7.1	Основная литература	
7.2	Дополнительная литература	
7.3	Нормативные и правовые документы и иная правовая информация	
7.4	Интернет-ресурсы, справочные системы	
7.5	Иные источники	
8.	Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационно-справочные системы	

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

1.1. Дисциплина Б1.В.09 «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенций	Наименование компетенции	Код наименования компетенции	Наименование компонента компетенции
ПК-13	Способность применять методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологическая реабилитация лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплексы мер социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и служащих, участвовавших в экстремальной деятельности	ПК-13.1	Умение разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личном статусе психического развития сотрудников, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации
ПК-14	Способность разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личном статусе психического развития сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации	ПК-14.1	Умение разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личном статусе психического развития сотрудников, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации

1.1. Результаты освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

ОТФ/ТФ (при наличии профстандарта)	Код наименования компетенции	Результаты обучения
<p>Компетенция направлена на формирование профессионального действия: оказание квалифицированной психологической помощи клиентам(результаты форсайт-анализа, утв. протоколом кафедры психологии №12 от 28.04.2017 г.).</p> <p>ОТФ: решение комплексных задач психологического обеспечения управленческой, служебной деятельности личного состава и подразделений в сфере правоохранительной деятельности, обороны, безопасности личности, общества и государства, организационной и бизнес-сферах,</p>	ПК-13.1	<p>На уровне знаний: знает основные подходы к описанию структуры личности. знает специфику социальных этапов развития личности; знает основные параметры позитивного функционирования личности в конкретной концепции. психология кризисных состояний</p>
		<p>На уровне умений Использовать результаты мониторинга психологической безопасности и комфортной среды при разработке плана психологического просвещения и проведения информационных консультаций. Анализировать обращения и запросы населения, органов и организаций для корректировки программ психологического</p>

<p>а также в сфере образования, социальной помощи, организации работы психологических служб, предоставляющих услуги физическим лицам и организациям, и психологического образования (результаты форсайт-анализа, утв. протоколом кафедры психологии №12 от 28.04.2017 г.).</p>		<p>просвещения. Использовать разные формы и методы психологического просвещения, в том числе активные (игры, упражнения, тренинги) Вступать в контакт и развивать конструктивные отношения с разными социальными уязвимыми группам и населения.</p> <p>Обобщение и оценка результатов работы по психологическому просвещению в целях формирования рекомендаций для ее совершенствования Проведение бесед (лекций), направленных на просвещение. Подбор комплекса психологических методик, планирование и проведение обследования.</p>
		<p>На уровне навыков</p> <p>Использовать результаты мониторинга психологической безопасности и комфортной среды при разработке плана психологического просвещения и проведения информационных консультаций. Анализировать обращения и запросы населения, органов и организаций для корректировки программ психологического просвещения. Использовать разные формы и методы психологического просвещения, в том числе активные (игры, упражнения, тренинги) Вступать в контакт и развивать конструктивные отношения с разными социальными уязвимыми группам и населения.</p>
	ПК-14.1	<p>На уровне знаний:</p> <p>знает основные подходы к описанию структуры личности. знает специфику социальных этапов развития личности; знает основные параметры позитивного функционирования личности в конкретной концепции. психология кризисных состояний</p>
		<p>На уровне умений</p> <p>Разрабатывать программы и проводить психологическое обследование. Применять разные виды и методы индивидуального, группового психологического консультирования в соответствии с полом, возрастом и особенностями жизненной ситуации Обобщение результатов психологического обследования, оценка психологических потребностей, рисков и ресурсов клиента, выявление особенностей их социального окружения и условий жизни.</p>
		<p>На уровне навыков</p> <p>Разрабатывать программы и проводить психологическое обследование. Применять разные виды и методы индивидуального, группового психологического консультирования в соответствии с полом, возрастом и особенностями жизненной ситуации</p>

2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина Б1.В.09 «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» принадлежит к вариативной части, обязательная дисциплина. По

очной форме обучения дисциплина осваивается в 6 семестре, общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 4 ЗЕ (144 часа).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 56 часов и на самостоятельную работу обучающихся – 52 часов, на контроль – 36.

Форма промежуточной аттестации – экзамен.

На практическую подготовку обучающихся выделено 36 часов

3. Содержание и структура дисциплины

3.1 Структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины (модуля), час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л/ЭО,ДОТ	ЛР	ПЗ/ЭО,ДОТ	КСР		
<i>Очная форма обучения</i>								
Тема 1	Предмет и задачи экстремальной психологии	2	2		4		4	О
Тема 2	Типы экстремальных ситуаций. Понятие готовности к деятельности в экстремальных ситуациях.	6	2		4		4	О
Тема 3	Основные виды кризисов: травматические, кризисы развития, внутриличностные кризисы	6	2		4		4	О
Тема 4	Острые стрессовые реакции. Работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях.	6	2		4		6	О
Тема 5	Кризисная интервенция и дебрифинг при психической травме	6	2		4		6	Т
Тема 6	Основные принципы психологической работы при большом скоплении людей	6	2		4		6	О
Тема 7	Понятие суицидального поведения. Экстренная психологическая помощь при попытке суицида	4	2		4		6	О
Тема 8	Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, их диагностирование и коррекция	6	2		4		6	О
Тема 9	Принципы работы на «горячей линии»	6	2		4		6	О
Тема 10	Психология горя. Специфика оказания психологической помощи людям, перенесшим потерю близких.	6					4	Т
Промежуточная аттестация		36						экзамен

№ п/п	Наименование тем (разделов),	Объем дисциплины (модуля), час.					СР	Форма текущего контроля успеваемости*, промежуточной аттестации
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий					
			Л/ЭО,Д ОТ	ЛР	ПЗ/ЭО, ДОТ	КС Р		
Очная форма обучения								
Консультации		2						
Всего:		144	18		36		52	

Примечание:

* – при применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с учебным планом;

** – формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т)

Самостоятельная работа (СР) по изучению дисциплины осуществляется с применением ДОТ. Доступ к ДОТ осуществляется каждым обучающимся самостоятельно с любого устройства на портале: <https://lms.ranepa.ru>. Пароль и логин к личному кабинету/профилю/учетной записи предоставляется обучающемуся деканатом.

3.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Предмет и задачи экстремальной психологии

Тема 2. Типы экстремальных ситуаций. Понятие готовности к деятельности в экстремальных ситуациях.

Тема 3.. Основные виды кризисов: травматические, кризисы развития, внутриличностные кризисы

Тема 4 Острые стрессовые реакции. Работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях

Тема 5. Кризисная интервенция и дебрифинг при психической травме

Тема 6. Основные принципы психологической работы при большом скоплении людей

Тема 7 Понятие суицидального поведения. Экстренная психологическая помощь при попытке суицида

Тема 8. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, их диагностирование и коррекция

Тема 9. Принципы работы на «горячей линии»

Тема 10. Психология горя. Специфика оказания психологической помощи людям, перенесшим потерю близких.

На самостоятельную работу студентов по дисциплине Б1.В.09 «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» выносятся следующие темы:

Тема	Вопросы, выносимые на СРС	Очная форма
Типы экстремальных ситуаций. Понятие готовности к деятельности в экстремальных ситуациях.	Понятие стресса. Виды, типы стрессов. Теория стресса Г.Селье. Экстремальные состояния человека: тревога, страх, аффект, паника, фрустрация, измененные состояния сознания. Готовность к деятельности в экстремальных ситуациях	О
Основные виды кризисов: травматические, кризисы развития, внутриличностные кризисы	Понятие психологического кризиса. Основные компоненты кризисов. Типологии и виды кризисов: травматические, кризисы становления, кризисы развития..	О
Острые стрессовые реакции. Работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях	Понятие и принцип действия острых стрессовых реакций. Диагностика ОСР. Методы оказания психологической помощи при различных реакциях на стресс. Общие принципы общения с пострадавшими во время проведения аварийно-спасательных работ	О

Тема	Вопросы, выносимые на СРС	Очная форма
Кризисная интервенция и дебрифинг при психической травме	Сущность и понятие дебрифинга. Его смысл и применение. Организация дебрифинга Общ. алгоритм проведения дебрифинга.	Т
Основные принципы психологической работы при большом скоплении людей	Понятие «стихийное массовое поведение людей» в экстремальных ситуациях. Основные механизмы образования толпы и виды толп. Профилактика образования толпы.	О
Понятие суицидального поведения. Экстренная психологическая помощь при попытке суицида	Понятие «суицид». Мифы и предубеждения в понимании суицидального поведения. Виды и формы суицидального поведения. Суицидальные и антисуицидальные факторы. Общая схема экстренной психологической помощи при попытке самоубийства.	О
Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, их диагностирование и коррекция	.Стресс. Травматический стресс, ПТСР. Исторический обзор. Диагностические критерии ПТСР. Теоретические модели ПТСР. Индивидуальная уязвимость и психологические последствия травмы	О
Принципы работы на «горячей линии»	«Горячая линия» как участок работы психолога на ЧС. Этапы организации работы телефона «Горячая линия».	О
Психология горя. Специфика оказания психологической помощи людям, перенесшим потерю близких.	Понятие горя. Патологическое горе. Задачи работы с горем. Фазы нормального переживания горя. Помощь горящему. Психологические особенности детского горя. Помощь горящему ребенку	Т

4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и промежуточной аттестации по дисциплине

4.1 Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

В ходе реализации дисциплины Б1.В.09 «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» используются следующие формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

№ п/п	Наименование тем (разделов)	Методы текущего контроля успеваемости
Тема 1	Предмет и задачи экстремальной психологии	Устный опрос
Тема 2	Типы экстремальных ситуаций. Понятие готовности к деятельности в экстремальных ситуациях	Устный опрос
Тема 3	Основные виды кризисов: травматические, кризисы развития, внутриличностные кризисы	Устный опрос
Тема 4	Острые стрессовые реакции. Работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях.	Устный опрос
Тема 5	Кризисная интервенция и дебрифинг при психической травме	Тестирование
Тема 6	Основные принципы психологической работы при большом скоплении людей	Устный опрос
Тема 7	Понятие суицидального поведения. Экстренная психологическая помощь при попытке суицида	Устный опрос
Тема 8	Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, их диагностирование и коррекция	Устный опрос
Тема 9	Принципы работы на «горячей линии»	Устный опрос

Тема 10	Специфика оказания психологической помощи людям, перенесшим потерю близких.	Тестирование
---------	---	--------------

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета методом устного опроса по перечню примерных вопросов из п.4.3, тестирования и моделирования ситуаций по перечню заданий из п.4.3

4.2. Типовые материалы текущего контроля успеваемости обучающегося.

Тема 1 Предмет и задачи экстремальной психологии

Вопросы для устного опроса:

1. Определение понятия и предмет экстремальной психологии.
2. Понятие «экстремальная (чрезвычайная) ситуация».
3. Психогенные и социальные факторы внешних условий в экстремальных (чрезвычайных) ситуациях.
4. Информационные стресс-факторы и психогенные факторы, обусловленные деятельностью в экстремальных(чрезвычайных) условиях

Тема 2. Типы экстремальных ситуаций. Понятие готовности к деятельности в экстремальных ситуациях

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие стресса.
2. Виды, типы стрессов.
3. Теория стресса Г.Селье.
4. Экстремальные состояния человека: тревога, страх, аффект, паника, фрустрация, измененные состояния сознания.
5. Готовность к деятельности в экстремальных ситуациях

Тема 3.Основные виды кризисов: травматические, кризисы развития, внутриличностные кризисы

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие психологического кризиса.
2. Основные компоненты кризисов.
3. Типологии и виды кризисов: травматические, кризисы становления, кризисы развития..

Тема 4.Острые стрессовые реакции. Работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие и принцип действия острых стрессовых реакций.
2. Диагностика ОСР.
3. Методы оказания психологической помощи при различных реакциях на стресс.
4. Общие принципы общения с пострадавшими во время проведения аварийно-спасательных работ

Тема 5.Кризисная интервенция и дебрифинг при психической травме

Вопросы для устного опроса:

1. Сущность и понятие дебрифинга. Его смысл и применение.
2. Организация дебрифинга
3. Общий алгоритм проведения дебрифинга.

Вопросы для тестирования:

1.Нетипичную реакцию организма на любое предъявляемое ему требование называют:

- а) стрессом;
- б) травмой;
- в) страхом;
- г) нет правильного ответа.

2.Первая стадия развития стресса:

- а) резистенция;
- б) тревога;
- в) истощение;

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма, относится к:

- а) дистрессу;
- б) эустрессу;
- в) нет правильных ответов.

3.Вид стрессора, к которому относятся болевые воздействия, холод, жара, давление, физические нагрузки:

- а) психологический;
- б) информационный;
- в) физиологический.

4.Стресс, который перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту:

- а) травматический;
- б) острый;
- в) эустресс.

Тема 6. Основные принципы психологической работы при большом скоплении людей

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие «стихийное массовое поведение людей» в экстремальных ситуациях.
2. Основные механизмы образования толпы и виды толп.
3. Профилактика образования толпы

Тема 7. Понятие суицидального поведения. Экстренная психологическая помощь при попытке суицида

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие «суицид».
2. Мифы и предубеждения в понимании суицидального поведения.
3. Виды и формы суицидального поведения.
4. Суицидальные и антисуицидальные факторы.
5. Общая схема экстренной психологической помощи при попытке самоубийства.

Тема 8. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, их диагностирование и коррекция

Вопросы для устного опроса:

1. Стресс. Травматический стресс, ПТСР. Исторический обзор.
2. Диагностические критерии ПТСР.
3. Теоретические модели ПТСР.
4. Индивидуальная уязвимость и психологические последствия травмы

Тема 9. Принципы работы на «горячей линии»

Вопросы для устного опроса:

1. «Горячая линия» как участок работы психолога на ЧС.
2. Этапы организации работы телефона «Горячая линия».

Тема 10. Психология горя. Специфика оказания психологической помощи людям, перенесшим потерю близких.

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие горя. Патологическое горе. Задачи работы с горем.
2. Фазы нормального переживания горя.
3. Помощь горяющему.
4. Психологические особенности детского горя.
5. Помощь горяющему ребенку

Вопросы для тестирования:

21.Симптомы: временное непонимание происходящего, человек находится в движении. Движений много – как простых, так и сложных, при этом движения не являются целесообразными действиями, относятся к реакции:

- а) психомоторное возбуждение;
- б) агрессия;
- в) истероидная реакция;
- г) другая реакция.

22.Симптомы: проявление злобы, гнева, не всегда имеющие объективную основу, относятся к реакции:

- а) страх;
- б) агрессия;
- в) психомоторное возбуждение;
- г) другая реакция.

23.Симптомы: человек находится в одной позе, долгое время неподвижен, ни на что не реагирует, контакт практически невозможен, относятся к реакции:

- а) апатия;
- б) истероидная реакция;
- в) ступор;
- г) другая реакция.

24.К механизмам образования толпы относятся:

- а) общая цель;
- б) слухи;
- в) сплоченность группы;
- г) нет правильных ответов.

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ ПО КУРСУ «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях»

1.Нетипичную реакцию организма на любое предъявляемое ему требование называют:

- а) стрессом;
- б) травмой;
- в) страхом;
- г) нет правильного ответа.

2. Первая стадия развития стресса:

- а) резистенция;
- б) тревога;
- в) истощение;

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма, относится к:

- а) дистрессу;
- б) эустрессу;
- в) нет правильных ответов.

3. Вид стрессора, к которому относятся болевые воздействия, холод, жара, давление, физические нагрузки:

- а) психологический;
- б) информационный;
- в) физиологический.

4. Стресс, который перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту:

- а) травматический;
- б) острый;
- в) эустресс.

5. Профессиональный стресс это:

- а) стресс, возникающий в процессе трудовой деятельности человека;
- б) стресс, возникающий во время отдыха;
- в) стресс, не возникающий вообще;
- г) стресс, возникающий в профессиональной деятельности человека при исключительных (травмирующих) обстоятельствах;
- д) нет правильного ответа.

6. Стессовая реакция, выражаемая изменением восприятия и осознания информации, поступающей к человеку, который находится в экстремальной ситуации, называется:

- а) эмоционально-поведенческой;
- б) когнитивной;
- в) вегетативной;
- г) социально-психологической.

7. Активным, преимущественно сознательным усилием человека, направленным на овладение ситуацией или проблемой, является:

- а) механизм защиты;
- б) копинг-механизм;
- в) рационализация;
- г) нет правильного ответа.

Шкала оценивания

Устный опрос

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при устном ответе во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критериями оценивания при проведении устного опроса является демонстрация основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умение применять полученные знания на практике, овладение навыками эмоциональной и когнитивной регуляции.

При оценивании результатов устного опроса используется следующая шкала оценок:

100%-90%	Учащийся демонстрирует совершенное знание основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умеет применять полученные знания на практике, владеет навыками эмоциональной и когнитивной регуляции
89%-75%	Учащийся демонстрирует знание большей части основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умеет применять полученные знания на практике в отдельных сферах профессиональной деятельности, владеет основными навыками эмоциональной и когнитивной регуляции.
74%-60%	Учащийся демонстрирует достаточное знание основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умеет использовать полученные знания для решения основных практических задач в отдельных сферах профессиональной деятельности, частично владеет основными навыками эмоциональной и когнитивной регуляции.
Менее 60 %	Учащийся демонстрирует отсутствие знания основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, не умеет применять полученные знания на практике, не владеет навыками эмоциональной и когнитивной регуляции.

Тестирование

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при устном ответе во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100%. Критерием оценивания при проведении тестирования, является количество верных ответов, которые дал студент на вопросы теста. При расчете количества баллов, полученных студентом по итогам тестирования, используется следующая формула:

$$B = \frac{B}{O} \times 100\%$$

где Б – количество баллов, полученных студентом по итогам тестирования;

В – количество верных ответов, данных студентом на вопросы теста;

О – общее количество вопросов в тесте.

5.Оценочные средства для промежуточной аттестации по дисциплине.

5.1Методы проведения экзамена.

Экзамен проводится в три этапа: 1 этап – моделирование ситуаций, 2 этап – тестирование, 3 этап – устный опрос

5.2 Оценочные материалы промежуточной аттестации

Компонент компетенции	Промежуточный (ключевой) индикатор оценивания	Критерий оценивания
ПК-13.1. Умение разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личном статусе психического развития сотрудников, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации	<ul style="list-style-type: none"> – дает точное и развернутое описание теоретических оснований метода арт-терапии, точно определяет возможности и ограничения применения метода. – составляет программы социально-психологического тренинга с применением методов арт-терапии. <p>корректно анализирует результаты</p>	<p>Точно описывает проблемы социализации, социальной адаптации и дезадаптации.</p> <p>Разработана и проведена комплексная программа психологического просвещения с применением разных видов и методов индивидуального, группового психологического консультирования в соответствии с полом, возрастом и особенностями</p>

	арт-терапевтического учебного процесса.	жизненной ситуации
<p>ПК-14.1.1 Умение разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личном статусе психического развития сотрудников, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации</p>	<p>– эффективно применяет основные методы психологической саморегуляции; специфику применения саморегулирующих техник в различных сферах человеческой жизнедеятельности;</p> <p>– разрабатывает программы и проводит психологическое обследование, применяет разные виды и методы индивидуального, группового психологического консультирования в соответствии с полом, возрастом и особенностями жизненной ситуации</p> <p>обобщение результатов психологического обследования, оценка психологических потребностей, рисков и ресурсов клиента, выявление особенностей их социального окружения и условий жизни.</p>	<p>Дает точные и подробные характеристики особенностям конфликтов в различных сферах социального взаимодействия и моделям разрешения конфликтов в соответствии с их спецификой в служебной деятельности. Верно применяет психодиагностические методики исследования конфликтов и стратегий поведения в нем.</p> <p>Грамотно составлены и проведены комплексы упражнений, способствующих разрешению конфликтов.</p> <p>В процессе выполнения учебных заданий грамотно применены разные виды и методы индивидуального, группового психологического консультирования в соответствии с полом, возрастом и особенностями жизненной ситуации.</p> <p>Логично и обосновано составил психологические портреты с учетом полученных с помощью психодиагностических методик результатов.</p>

Типовые оценочные средства

1 этап

Задания для моделирования ситуаций по курсу « Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях»:

Тема 1. Острые стрессовые реакции. Работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях.

Цель упражнения: отработать навыки оказания психологической помощи людям с признаками ОСР в экстремальной ситуации

Для выполнения упражнения необходимо разделить группу на подгруппы из четырех человек. Двое выполняют функции пострадавших, двое – психологов.

Задание 1: На улице вы видите человека, лежащего на тротуаре (Пострадавший 1). Вокруг него с криками мечется другой человек (Пострадавший 2). Из его обрывочных высказываний вы узнаете, что его родственнику (Пострадавшему 1) внезапно стало плохо, у него проблемы с сердцем. Определить острую стрессовую реакцию и оказать помощь

Задание 2: Взрыв бытового газа. Пострадавший 1 демонстрирует острую стрессовую реакцию: неподвижно сидит на месте, практически не разговаривает. Пострадавший 2 демонстрирует острую стрессовую реакцию: бежит, кричит, заламывает руки, громкие рыдания. Определить острую стрессовую реакцию и оказать помощь.

Тема 2. Принципы работы на «горячей линии»

Цель упражнения: отработать навыки оказания психологической помощи людям в экстремальной ситуации при помощи телефона «Горячая линия»

Для выполнения упражнения необходимо разделить группу на пары.

Задание 1: В результате пожара, произошедшего в стационаре больницы, пострадали люди, есть информация о погибших. На телефон ГЛ обратился представитель СМИ, которому необходимо узнать как можно больше сенсационной информации.

Задание для консультанта: ответить на звонок и выяснить, какая информация интересует звонящего.

Задание 2 На телефон ГЛ обратился ребенок двенадцати лет с вопросом о местонахождении и судьбе своей бабушки, которая вчера легла в больницу, где произошел пожар. Бабушка является единственным опекуном ребенка.

Задание для консультанта: найти в списках фамилию разыскиваемой и дать информацию, с учетом специфики построения разговора с несовершеннолетним.

Тема 3 Психология горя. Специфика оказания психологической помощи людям, перенесшим потерю близких.

Цель упражнения: отработать навыки психологической помощи людям, переживающим горе на различных стадиях.

Для выполнения упражнения необходимо разделить группу на четыре подгруппы. Каждой из четырех групп выдается карточка с описанием картины нормального или патологического горя. Группам дается по 7 минут на то, чтобы участники группы обсудили описанный случай, определили стадию переживания горя, а также предложили свой алгоритм действия оказания помощи.

Задание 1. В результате ЧС мужчина потерял своего старшего брата, с которым они были очень близки. После похорон мужчина оборвал все нити, связывающие его с внешним миром. Мир, по его мнению, стал опасен, верить никому нельзя. Близких родственников у мужчины не осталось, друзей он со временем растерял. Мужчина практически перестал выходить из дома, а на «хлеб» зарабатывает переводами, общаясь с работодателем через курьера в определенные дни.

Задание для консультанта: отработать навыки вступления в контакт с пострадавшим в период острого горя.

Задание 2. В результате ЧС женщина потеряла младшего сына. Муж и старший сын- подросток не пострадали. Женщина находится в апатии, ни на кого в семье не обращает внимания, все свое свободное время проводит в комнате младшего сына, где все сохраняется так, как было при его жизни. У старшего сына возникли проблемы в школе, он подавлен, но мать не обращает на него никакого внимания.

Задание для консультанта: определить стадию горя и отработать алгоритм действия в подобной ситуации.

2 этап

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ ПО КУРСУ «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях»

1.Нетипичную реакцию организма на любое предъявляемое ему требование называют:

- а) стрессом;
- б) травмой;
- в) страхом;
- г) нет правильного ответа.

2.Первая стадия развития стресса:

- а) резистенция;
- б) тревога;
- в) истощение;

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма, относится к:

- а) дистрессу;

- б) эустрессу;
- в) нет правильных ответов.

3. Вид стрессора, к которому относятся болевые воздействия, холод, жара, давление, физические нагрузки:

- а) психологический;
- б) информационный;
- в) физиологический.

4. Стресс, который перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту:

- а) травматический;
- б) острый;
- в) эустресс.

5. Профессиональный стресс это:

- а) стресс, возникающий в процессе трудовой деятельности человека;
- б) стресс, возникающий во время отдыха;
- в) стресс, не возникающий вообще;
- г) стресс, возникающий в профессиональной деятельности человека при исключительных (травмирующих) обстоятельствах;
- д) нет правильного ответа.

6. Степсовая реакция, выражаемая изменением восприятия и осознания информации, поступающей к человеку, который находится в экстремальной ситуации, называется:

- а) эмоционально-поведенческой;
- б) когнитивной;
- в) вегетативной;
- г) социально-психологической.

7. Активным, преимущественно сознательным усилием человека, направленным на овладение ситуацией или проблемой, является:

- а) механизм защиты;
- б) копинг-механизм;
- в) рационализация;
- г) нет правильного ответа.

3 этап

Вопросы к зачету по дисциплине «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях»

1. Дайте определение экстремальной психологии как отрасли психологической науки.
2. Что изучает экстремальная психология?
3. Сформулируйте определение экстремальной ситуации.
4. Определите основные признаки экстремальной ситуации.
5. Какие факторы определяют экстремальность ситуации?
6. Определите признаки стихийного бедствия как катастрофической ситуации.
7. Предложите классификацию признаков чрезвычайной ситуации.
8. Сформулируйте общие характеристики понятия «дефицит времени». В чем заключается его опасность для психологического состояния личности?
9. Дайте определение понятия «гиподинамия» и «гипокинезия».
10. При каких условиях возникает «информационный стресс»?
11. Сформулируйте понятие «стресс», виды и типы стрессов.
12. Теория стресса Г.Селье.
13. Какие последствия могут возникнуть после травматического события.
14. Дайте определение «фрустрация».
15. Сформулируйте понятие «паника». Дайте основные характеристики паники.

16. В чем заключается готовность к деятельности в экстремальной ситуации?
17. Дайте определение понятия «кризис».
18. Назовите основные компоненты кризисного состояния.
19. Раскройте основную типологию кризисов.
20. В чем заключается сущность медицинского и психологического подходов к кризисным состояниям?
21. Понятие и принцип действия острых стрессовых реакций.
22. Назовите основные принципы диагностики ОСР.
23. Сформулируйте основные методы помощи при различных реакциях на стресс.
24. Плач, истероидные реакции, нервная дрожь.
25. Страх, двигательное возбуждение, агрессия.
26. Ступор, апатия.
27. В чем заключаются основные принципы работы с «жертвой» при ведении аварийно-спасательных работ.
28. Раскройте основной смысл сущность понятия дебрифинг.
29. Организация процесса дебрифинга.
30. Общий алгоритм проведения дебрифинга.
31. Сформулируйте определение понятия «стихийное массовое поведение».
32. Какие виды скопления людей вы знаете?
33. Расскажите об особенностях панической толпы.
34. Какие средства борьбы с панической толпой вы знаете?
35. Раскройте основные принципы профилактики образования толпы.
36. Какие принципы безопасного нахождения в толпе вы знаете?
37. Дайте определение понятия «суицид».
38. Какие основные виды и формы суицидального поведения вы знаете?
39. Назовите противопоказания для психолога при работе с суицидентом.
40. Назовите основные принципы общей схемы экстренной психологической помощи при попытке самоубийства.
41. Какие суицидальные и антисуицидальные факторы вы знаете?
42. В чем заключается специфика работы с суицидентами в зависимости от их возраста, пола и положения в обществе?
43. Дайте определения понятия «стресс», «травматический стресс», «посттравматическое стрессовое расстройство».
44. Какие диагностические критерии ПТСР вы знаете?
45. Назовите основные модели ПТСР.
46. Какова цель организации «Горячей линии»?
47. При каких условиях открывается ГЛ?
48. Перечислите основные этапы организации работы телефона «Горячая линия»
49. Что входит в обязанности специалиста, работающего на ГЛ?
50. Сформулируйте понятие «Горе». Что такое патологическое горе?
51. Каковы основные задачи горя?
52. Назовите основные фазы нормального горевания.
53. В чем заключается специфика детского горя? Как оказать помощь горюющему ребенку?

Интегральная шкала оценивания

Интегральный критерий оценивания – сумма баллов за результаты текущих тестов, моделирование ситуаций на зачете, итоговый тест на зачете, опрос на зачете.

Оценочный критерий:

Меньше 60 баллов – не зачтено

От 60 до 100 баллов – начтено

№	Оцениваемый компонент программы	Максимальный вес в итоговой оценке
1	Опрос 1 (тест)	10
2	Опрос 2 (тест)	10
3	Моделирование ситуаций	30
4	Итоговое тестирование на зачете	30
5	Устный ответ на зачете	20

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при устном ответе во время промежуточной аттестации определяется оценками «зачтено» или «незачтено». Критериями оценивания на зачете является демонстрация основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умение применять полученные знания на практике. Для дисциплин, формой итогового отчета которых является зачет, приняты следующие соответствия:

60% - 100% - «зачтено»;

менее 60% - «не зачтено».

Установлены следующие критерии оценок при устном ответе:

100% - 90%	Учащийся демонстрирует совершенное знание основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умеет применять полученные знания на практике в рамках экстремальной психологии и психологическому сопровождению в трудных жизненных ситуациях
89% - 75%	Учащийся демонстрирует знание большей части основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умеет применять полученные знания на практике в рамках экстремальной психологии и психологическому сопровождению в трудных жизненных ситуациях
74% - 60%	Учащийся демонстрирует достаточное знание основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, умеет использовать полученные знания для решения основных практических задач в отдельных сферах профессиональной деятельности, частично владеет основными навыками анализа
менее 60%	Учащийся демонстрирует отсутствие знания основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции, не умеет применять полученные знания на практике, не владеет навыками анализа в рамках экстремальной психологии и психологическому сопровождению в трудных жизненных ситуациях

Оценочная шкала моделирования ситуаций

Название оценки	Описание
Отлично 90-100 %	Оценка соответствует оптимальной выраженности компетенции в целом, <u>высокому уровню развития умений и навыков</u> в области экстремальной психологии и психологического сопровождения в трудных жизненных ситуациях, что делает возможным выявление и решение комплексных проблем. Совершенствование компетенции может быть продолжено самостоятельно.
Хорошо 75-89 %	Оценка соответствует <u>достаточно высокому развитию умений и навыков</u> в области экстремальной психологии и психологического сопровождения в трудных жизненных ситуациях, что позволяет успешно выполнять задачи, обусловленные спецификой деятельности. Развитие компетенции может быть продолжено самостоятельно.
Удовлетворительно 60-74 %	Оценка свидетельствует о <u>допустимом уровне умений и навыков</u> в области экстремальной психологии и психологического сопровождения в трудных жизненных ситуациях, что может компенсироваться опытом конкретной деятельности. Компетенция может быть развита при помощи специального обучения.

Неудовлетворительно 30-59 %	Оценка свидетельствует о <u>частичном наличии умений и навыков</u> в области экстремальной психологии и психологического сопровождения в трудных жизненных ситуациях, проявляющихся не систематически либо на низком уровне. Существует возможность развить компетенцию при условии комплексного обучения.
Плохо 0-30 %	Оценка означает <u>отсутствие практических умений и навыков</u> в области экстремальной психологии и психологического сопровождения в трудных жизненных ситуациях, личностной предрасположенности к формированию компетенции. Нецелесообразно (долго, дорого) развивать данную компетенцию до уровня её практического применения.

Оценочная шкала тестирования

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при устном ответе во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критерием оценивания при проведении тестирования, является количество верных ответов, которые дал студент на вопросы теста. При расчете количества баллов, полученных студентом по итогам тестирования, используется следующая формула:

$$B = \frac{B}{O} \times 100\%,$$

- где B – количество баллов, полученных студентом по итогам тестирования;
 B – количество верных ответов, данных студентом на вопросы теста;
 O – общее количество вопросов в тесте.

6. Методические материалы по освоению дисциплины

является индивидуальной самостоятельно выполненной работой студента. Тему реферата студент выбирает из перечня тем, рекомендуемых преподавателем, ведущим соответствующую дисциплину. Реферат должен содержать следующие структурные элементы: Титульный лист Содержание Введение Основная часть Заключение Список литературы Приложения (при необходимости). Требования к оформлению рефератов: шрифт – 14, поля – по 2 см, интервал – 1, объем – не менее 10 стр.

Рекомендации по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины

Структура времени, необходимого на изучение дисциплины

Форма изучения дисциплины	Время, затрачиваемое на изучение дисциплины, %
Изучение литературы, рекомендованной в учебной программе	40
Решение задач, практических упражнений и ситуационных примеров	40
Изучение тем, выносимых на самостоятельное рассмотрение	20
Итого	100

Методические рекомендации по подготовке к практическому (семинарскому) занятию

Основной целью практического (семинарского) занятия является проверка глубины понимания студентом изучаемой темы, учебного материала и умения изложить его содержание ясным и четким языком, развитие самостоятельного мышления и творческой активности у студента, умения решать практические задачи. На практических

(семинарских) занятиях предполагается рассматривать наиболее важные, существенные, сложные вопросы которые, наиболее трудно усваиваются студентами. При этом готовиться к практическому (семинарскому) занятию всегда нужно заранее. Подготовка к практическому (семинарскому) занятию включает в себя следующее:

- обязательное ознакомление с вопросами для устного опроса,
- изучение конспектов лекций, соответствующих разделов учебника, учебного пособия, содержания рекомендованных нормативных правовых актов;
- работа с основными терминами (рекомендуется их выучить);
- изучение дополнительной литературы по теме занятия, делая при этом необходимые выписки, которые понадобятся при обсуждении на семинаре;
- формулирование своего мнения по каждому вопросу и аргументированное его обоснование;
- запись возникших во время самостоятельной работы с учебниками и научной литературы вопросов, чтобы затем на семинаре получить на них ответы;
- обращение за консультацией к преподавателю.

Рекомендации по изучению методических материалов

Методические материалы по дисциплине позволяют студенту оптимальным образом организовать процесс изучения данной дисциплины. Методические материалы по дисциплине призваны помочь студенту понять специфику изучаемого материала, а в конечном итоге – максимально полно и качественно его освоить. В первую очередь студент должен осознать предназначение методических материалов: структуру, цели и задачи. Для этого он знакомится с преамбулой, оглавлением методических материалов, говоря иначе, осуществляет первичное знакомство с ним. В разделе, посвященном методическим рекомендациям по изучению дисциплины, приводятся советы по планированию и организации необходимого для изучения дисциплины времени, описание последовательности действий студента («сценарий изучения дисциплины»), рекомендации по работе с литературой, советы по подготовке к экзамену и разъяснения по поводу работы с тестовой системой курса и над домашними заданиями. В целом данные методические рекомендации способны облегчить изучение студентами дисциплины и помочь успешно сдать экзамен. В разделе, содержащем учебно-методические материалы дисциплины, содержание практических занятий по дисциплине.

Неотъемлемым элементом учебного процесса является самостоятельная работа студента. При самостоятельной работе достигается конкретное усвоение учебного материала, развиваются теоретические способности, столь важные для современной подготовки специалистов. Формы самостоятельной работы студентов по дисциплине: написание конспектов, подготовка ответов к вопросам, написание рефератов, решение задач, исследовательская работа.

Задания для самостоятельной работы включают в себя комплекс аналитических заданий выполнение, которых, предполагает тщательное изучение научной и учебной литературы, периодических изданий, а также законодательных и нормативных документов предлагаемых в п.6 «Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине». Задания предоставляются на проверку в печатном виде.

Рекомендации по работе с литературой

При изучении курса учебной дисциплины особое внимание следует обратить на рекомендуемую основную и дополнительную литературу.

Важным элементом подготовки к семинару является глубокое изучение основной и дополнительной литературы, рекомендованной по теме занятия, а также первоисточников. При этом полезно прочитанную литературу законспектировать.

Конспект должен отвечать трем требованиям: быть содержательным, по возможности кратким и правильно оформленным.

Содержательным его следует считать в том случае, если он передает все основные мысли авторов в целостном виде. Изложить текст кратко – это значит передать содержание книги, статьи в значительной мере своими словами. При этом следует придерживаться правила – записывать мысль автора работы лишь после того, как она хорошо понята. В таком случае поставленная цель будет достигнута. Цитировать авторов изучаемых работ (с обязательной ссылкой на источник) следует в тех случаях, если надо записывать очень важное определение или положение, обобщающий вывод.

Важно и внешнее оформление конспекта. В его начале надо указать тему семинара, дату написания, названия литературных источников, которые будут законспектированы. Глубокая самостоятельная работа над ними обеспечит успешное усвоение изучаемой дисциплины.

Одним из важнейших средств серьезного овладения теорией является **конспектирование первоисточников**.

Для составления конспекта рекомендуется сначала прочитать работу целиком, чтобы уяснить ее общий смысл и содержание. При этом можно сделать пометки о ее структуре, об основных положениях, выводах, надо стараться отличать в тексте основное от второстепенного, выводы от аргументов и доказательств. Если есть непонятные слова, надо в энциклопедическом словаре найти, что это слово обозначает. Закончив чтение (параграфа, главы, статьи) надо задать себе вопросы такого рода: В чем главная мысль? Каковы основные звенья доказательства ее? Что вытекает из утверждений автора? Как это согласуется с тем, что уже знаете о прочитанном из других источников?

Ясность и отчетливость восприятия текста зависит от многого: от сосредоточенности студента, от техники чтения, от настойчивости, от яркости воображения, от техники фиксирования прочитанного, наконец, от эрудиции – общей и в конкретно рассматриваемой проблеме.

Результатом первоначального чтения должен быть простой **план текста и четкое представление о неясных местах**, отмеченных в книге. После предварительного ознакомления, при повторном чтении следует **выделить основные мысли автора** и их развитие в произведении, обратить внимание на обоснование отдельных положений, на методы и формы доказательства, наиболее яркие примеры. В ходе этой работы окончательно отбирается материал для записи и определяется ее вид: **план, тезисы, конспект**.

План это краткий, последовательный перечень основных мыслей автора. Запись прочитанного в виде тезисов – значит выявить и записать опорные мысли текста. Разница между планом и тезисами заключается в следующем: в плане мысль называется (ставь всегда вопрос: о чем говорится?), в тезисах – формулируется – (что именно об этом говорится?). Запись опорных мыслей текста важна, но полного представления о прочитанном на основании подобной записи не составишь. Важно осмыслить, как автор доказывает свою мысль, как убеждает в истинности своих выводов. Так возникает конспект. Форма записи, как мы уже отметили, усложняется в зависимости от целей работы: план – о чем?; тезисы – о чем? что именно?; конспект – о чем? что именно? как?

Конспект это краткое последовательное изложение содержания. Основу его составляет план, тезисы и выписки. Недостатки конспектирования: многословие, цитирование не основных, а связующих мыслей, стремление сохранить стилистическую связанность текста в ущерб его логической стройности. Приступать к конспектированию необходимо тогда, когда сложились навыки составления записи в виде развернутого подробного плана.

Форма записи при конспектировании требует особого внимания: важно, чтобы собственные утверждения, размышления над прочитанным, четко отделялись при записи. Разумнее выносить свои пометки на широкие поля, записывать на них дополнительные

справочные данные, помогающие усвоению текста (дата события, упомянутого авторами; сведения о лице, названном в книге; точное содержание термина). Если конспектируется текст внушительного объема, необходимо указывать страницы книги, которые охватывает та или иная часть конспекта.

Для удобства пользования своими записями важно озаглавить крупные части конспекта, подчеркивая **заголовки**. Следует помнить о назначении красной строки, стремиться к четкой графике записей - уступами, колонками. Излагать главные мысли автора и их систему аргументов - необходимо преимущественно своими словами, перерабатывая таким образом информацию, - так проходит уяснение ее сути. Мысль, фразы, понятия в контексте, могут приобрести более пространное изложение в записи. Но текст оригинала свертывается, и студент, отработывая логическое мышление, учиться выделять главное и обобщать однотипные суждения, однородные факты. Кроме того, делая записи своими словами, обобщая, студент учится письменной речи.

Знание общей стратегии чтения, техники составления плана и тезисов определяет и технологию конспектирования

- Внимательно читать текст, попутно отмечая непонятные места, незнакомые термины и понятия. **Выписать на поля** значение отмеченных понятий.

- При первом чтении текста необходимо составить его **простой план**, последовательный перечень основных мыслей автора.

- При повторном чтении текста выделять **систему доказательств** основных положений работы автора.

- Заключительный этап работы с текстом состоит в осмыслении ранее отмеченных мест и их краткой последовательной записи.

- При конспектировании нужно стремиться **выразить мысль автора своими словами**, это помогает более глубокому усвоению текста.

- В рамках работы над первоисточником важен умелый **отбор цитат**. Необходимо учитывать, насколько ярко, оригинально, сжато изложена мысль. Цитировать необходимо те суждения, на которые впоследствии возможна ссылка как на авторитетное изложение мнения, вывода по тому или иному вопросу.

Конспектировать целесообразно не на отдельном листе, а в общей тетради на одной странице листа. Обратная сторона листа может быть использована для дополнений, необходимость которых выяснится в дальнейшем. При конспектировании литературы следует оставить широкие поля, чтобы записать на них план конспекта. Поля могут быть использованы также для записи своих замечаний, дополнений, вопросов. При выступлении на семинаре студент может пользоваться своим конспектом для цитирования первоисточника. Все участники занятия внимательно слушают выступления товарищей по группе, отмечают спорные или ошибочные положения в них, вносят поправки, представляют свои решения и обоснования обсуждаемых проблем.

В конце семинара, когда преподаватель занятия подводит итоги, студенты с учетом рекомендаций преподавателя и выступлений сокурсников, дополняют или исправляют свои конспекты.

Рекомендации для подготовки к экзамену

При подготовке к экзамену студент внимательно просматривает вопросы, предусмотренные рабочей программой, и знакомится с рекомендованной основной литературой. Основой для сдачи экзамена студентом является изучение конспектов лекций, прослушанных в течение семестра, информация, полученная в результате самостоятельной работы в течение семестра.

Структура времени, необходимого на изучение дисциплины

Форма изучения дисциплины	Время, затрачиваемое на изучение дисциплины, %
Изучение литературы, рекомендованной в учебной программе	40
Решение задач, практических упражнений и ситуационных примеров	40
Изучение тем, выносимых на самостоятельное рассмотрение	20
Итого	100

7. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

7.1 Основная литература.

1. *Савинков, С. Н.* Психологическая служба и сопровождение сотрудников силовых структур : учебное пособие для вузов / С. Н. Савинков. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 208 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15252-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/520397>
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, 2023. — 225 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06460-5. — URL : <https://urait.ru/bcode/516210>

7.2 Дополнительная литература.

1. *Авдиенко, Г. Ю.* Психологическая коррекция и реабилитация участников боевых действий : учебник и практикум для вузов / Г. Ю. Авдиенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 299 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06065-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/516159>
2. *Мищенко, Л. В.* Психотравма. Предотвращение рецидивов. Технологии социально-психологического сопровождения : практическое пособие / Л. В. Мищенко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 225 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-07852-7. — URL : <https://urait.ru/bcode/516287>

7.3 Нормативные правовые документы.

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон);

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2013 г. № 1367;

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования-программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 ноября 2013 г. № 1259;

Устав федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации»;

Федеральный закон от 27 июля 2010 г. N 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг»;

Правила организации деятельности многофункциональных центров предоставления государственных и муниципальных услуг, утвержденные Постановлением Правительства РФ от 22.12.2012 N 1376;

Методические рекомендации об особенностях обеспечения информационной доступности в сфере теле-, радиовещания, электронных и информационно-коммуникационных технологий, утвержденные Приказом Минкомсвязи России от 25.04.2014 N 108

7.4 Интернет-ресурсы, справочные системы.

ЭБСIPRbooks<http://lib.ranepa.ru/base/abs-iprbooks.html>

ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>

ЭБС Лань<http://lib.ranepa.ru/base/abs-izdatelstva--lan-.html#>

8. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

Материально-техническое обеспечение дисциплины «Экстремальная психология и психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» включает в себя:

- учебные аудитории для проведения лекционных занятий, оборудованные видеопроекционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном;

- учебные аудитории для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью;

- компьютерные классы, для проведения занятий практического типа и самостоятельной работы оснащенные современными компьютерами с выходом в Интернет. (компьютеры, принтеры, проекторы, экраны, аудиторные доски, компьютерные кресла, компьютерные столы, стулья, письменные столы, сеть Интернет, доступ к электронно-библиотечным системам и к электронной информационно-образовательной среде института).

- учебные аудитории для групповых и индивидуальных консультаций (письменные столы, стулья, аудиторная доска).

Дисциплина должна быть поддержана соответствующими лицензионными программными продуктами.

В качестве программного обеспечения учебного процесса используются:

– Операционные системы семейства Windows (98, XP, Vista, 7, 8);

– Набор стандартных программ Windows (WordPad, Paint, Notepad, Calculator, Internet Explorer, Ms Outlook, MediaPlayer и др.);

– Информационно-правовые базы данных («Консультант Плюс», «Гарант»);

– Электронный учебно-методический комплекс для студентов;

– Ресурсы сети Интернет;

– Электронный каталог библиотеки.

Для проведения занятий используются мультимедийные компьютерные презентации, подготовленные преподавателем, по ряду тем занятия.

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»**

Волгоградский институт управления - филиал
Факультет государственного и муниципального управления
Кафедра социологии, общей и юридической психологии

УТВЕРЖДЕНА
учёным советом
Волгоградского института управления –
филиала РАНХиГС
Протокол №2 от 24.09.2024 г.

ПРОГРАММА СПЕЦИАЛИТЕТА
Психология служебной деятельности

(НАИМЕНОВАНИЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ)

**ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ
АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Б1.В.09 Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях
КОД И НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

37.05.02 Психология служебной деятельности

(код, наименование направления подготовки (специальности))

*Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности
очная*

(форма(ы) обучения)

Год набора - 2025

Волгоград, 2024 г.

1 этап

Задания для моделирования ситуаций по курсу « Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях»:

Тема 1. Острые стрессовые реакции. Работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях.

Цель упражнения: отработать навыки оказания психологической помощи людям с признаками ОСР в экстремальной ситуации

Для выполнения упражнения необходимо разделить группу на подгруппы из четырех человек. Двое выполняют функции пострадавших, двое – психологов.

Задание 1: На улице вы видите человека, лежащего на тротуаре (Пострадавший 1). Вокруг него с криками мечется другой человек (Пострадавший 2). Из его обрывочных высказываний вы узнаете, что его родственнику (Пострадавшему 1) внезапно стало плохо, у него проблемы с сердцем. Определить острую стрессовую реакцию и оказать помощь

Задание 2: Взрыв бытового газа. Пострадавший 1 демонстрирует острую стрессовую реакцию: неподвижно сидит на месте, практически не разговаривает. Пострадавший 2 демонстрирует острую стрессовую реакцию: бегаёт, кричит, заламывает руки, громкие рыдания. Определить острую стрессовую реакцию и оказать помощь.

Тема 2. Принципы работы на «горячей линии»

Цель упражнения: отработать навыки оказания психологической помощи людям в экстремальной ситуации при помощи телефона «Горячая линия»

Для выполнения упражнения необходимо разделить группу на пары.

Задание 1: В результате пожара, произошедшего в стационаре больницы, пострадали люди, есть информация о погибших. На телефон ГЛ обратился представитель СМИ, которому необходимо узнать как можно больше сенсационной информации.

Задание для консультанта: ответить на звонок и выяснить, какая информация интересует звонящего.

Задание 2 На телефон ГЛ обратился ребенок двенадцати лет с вопросом о местонахождении и судьбе своей бабушки, которая вчера легла в больницу, где произошел пожар. Бабушка является единственным опекуном ребенка.

Задание для консультанта: найти в списках фамилию разыскиваемой и дать информацию, с учетом специфики построения разговора с несовершеннолетним.

Тема 3 Психология горя. Специфика оказания психологической помощи людям, перенесшим потерю близких.

Цель упражнения: отработать навыки психологической помощи людям, переживающим горе на различных стадиях.

Для выполнения упражнения необходимо разделить группу на четыре подгруппы. Каждой из четырех групп выдается карточка с описанием картины нормального или патологического горя. Группам дается по 7 минут на то, чтобы участники группы обсудили описанный случай, определили стадию переживания горя, а также предложили свой алгоритм действия оказания помощи.

Задание 1. В результате ЧС мужчина потерял своего старшего брата, с которым они были очень близки. После похорон мужчина оборвал все нити, связывающие его с внешним миром. Мир, по его мнению, стал опасен, верить никому нельзя. Близких родственников у мужчины не осталось, друзей он со временем растерял. Мужчина практически перестал выходить из дома, а на «хлеб» зарабатывает переводами, общаясь с работодателем через курьера в определенные дни.

Задание для консультанта: отработать навыки вступления в контакт с пострадавшим в период острого горя.

Задание 2. В результате ЧС женщина потеряла младшего сына. Муж и старший сын-подросток не пострадали. Женщина находится в апатии, ни на кого в семье не обращает внимания, все свое свободное время проводит в комнате младшего сына, где все сохраняется так, как было при его жизни. У старшего сына возникли проблемы в школе, он подавлен, но мать не обращает на него никакого внимания.

Задание для консультанта: определить стадию горя и отработать алгоритм действия в подобной ситуации.

Вопросы к экзамену

1. Дайте определение экстремальной психологии как отрасли психологической науки.
2. Что изучает экстремальная психология?
3. Сформулируйте определение экстремальной ситуации.
4. Определите основные признаки экстремальной ситуации.
5. Какие факторы определяют экстремальность ситуации?
6. Определите признаки стихийного бедствия как катастрофической ситуации.
7. Предложите классификацию признаков чрезвычайной ситуации.
8. Сформулируйте общие характеристики понятия «дефицит времени». В чем заключается его опасность для психологического состояния личности?
9. Дайте определение понятия «гиподинамия» и «гипокинезия».
10. При каких условиях возникает «информационный стресс»?
11. Сформулируйте понятие «стресс», виды и типы стрессов.
12. Теория стресса Г.Селье.
13. Какие последствия могут возникнуть после травматического события.
14. Дайте определение «фрустрация».
15. Сформулируйте понятие «паника». Дайте основные характеристики паники.
16. В чем заключается готовность к деятельности в экстремальной ситуации?
17. Дайте определение понятия «кризис».
18. Назовите основные компоненты кризисного состояния.
19. Раскройте основную типологию кризисов.
20. В чем заключается сущность медицинского и психологического подходов к кризисным состояниям?
21. Понятие и принцип действия острых стрессовых реакций.
22. Назовите основные принципы диагностики ОСР.
23. Сформулируйте основные методы помощи при различных реакциях на стресс.
24. Плач, истероидные реакции, нервная дрожь.
25. Страх, двигательное возбуждение, агрессия.
26. Ступор, апатия.
27. В чем заключаются основные принципы работы с «жертвой» при ведении аварийно-спасательных работ.
28. Раскройте основной смысл сущность понятия дебрифинг.
29. Организация процесса дебрифинга.
30. Общий алгоритм проведения дебрифинга.
31. Сформулируйте определение понятия «стихийное массовое поведение».
32. Какие виды скопления людей вы знаете?
33. Расскажите об особенностях панической толпы.
34. Какие средства борьбы с панической толпой вы знаете?
35. Раскройте основные принципы профилактики образования толпы.
36. Какие принципы безопасного нахождения в толпе вы знаете?
37. Дайте определение понятия «суицид».
38. Какие основные виды и формы суицидального поведения вы знаете?
39. Назовите противопоказания для психолога при работе с суицидентом.
40. Назовите основные принципы общей схемы экстренной психологической помощи при попытке самоубийства.
41. Какие суицидальные и антисуицидальные факторы вы знаете?
42. В чем заключается специфика работы с суицидентами в зависимости от их возраста, пола и положения в обществе?
43. Дайте определения понятия «стресс», «травматический стресс», «посттравматическое стрессовое расстройство».

44. Какие диагностические критерии ПТСР вы знаете?
45. Назовите основные модели ПТСР.
46. Какова цель организации «Горячей линии»?
47. При каких условиях открывается ГЛ?
48. Перечислите основные этапы организации работы телефона «Горячая линия»
49. Что входит в обязанности специалиста, работающего на ГЛ?
50. Сформулируйте понятие «Горе». Что такое патологическое горе?
51. Каковы основные задачи горя?
52. Назовите основные фазы нормального горевания.
53. В чем заключается специфика детского горя? Как оказать помощь горюющему ребенку?

ИТОГОВЫЙ ТЕСТ ПО КУРСУ «Психология экстремальных и кризисных ситуаций»

1. Нетипичную реакцию организма на любое предъявляемое ему требование называют:

- а) стрессом;
- б) травмой;
- в) страхом;
- г) нет правильного ответа.

2. Первая стадия развития стресса:

- а) резистенция;
- б) тревога;
- в) истощение;

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма, относится к:

- а) дистрессу;
- б) эустрессу;
- в) нет правильных ответов.

3. Вид стрессора, к которому относятся болевые воздействия, холод, жара, давление, физические нагрузки:

- а) психологический;
- б) информационный;
- в) физиологический.

4. Стресс, который перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту:

- а) травматический;
- б) острый;
- в) эустресс.

5. Профессиональный стресс это:

- а) стресс, возникающий в процессе трудовой деятельности человека;
- б) стресс, возникающий во время отдыха;
- в) стресс, не возникающий вообще;
- г) стресс, возникающий в профессиональной деятельности человека при исключительных (травмирующих) обстоятельствах;
- д) нет правильного ответа.

6. Стессовая реакция, выражаемая изменением восприятия и осознания информации, поступающей к человеку, который находится в экстремальной ситуации, называется:

- а) эмоционально-поведенческой;
- б) когнитивной;
- в) вегетативной;
- г) социально-психологической.

7. Активным, преимущественно сознательным усилием человека, направленным на овладение ситуацией или проблемой, является:

- а) механизм защиты;
- б) копинг-механизм;
- в) рационализация;
- г) нет правильного ответа.

8. Процесс установления контакта между людьми, в ходе которого происходит обмен информацией, необходимой для совместной деятельности и сотрудничества – это:

- а) перефразирование;
- б) общение;
- в) работа с пострадавшими.

9. К видам общения НЕ относится:

- а) вербальное;
- б) невербальное;
- в) паранормальное;
- г) паравербальное.

10. Общение с временно изолированным пострадавшим включает в себя:

- а) общение с пострадавшим в течение аварийно-спасательных работ;
- б) общение с пострадавшим уже после его извлечения;
- в) все ответы правильные;
- г) нет правильного ответа.

11. Острые стрессовые реакции возникают:

- а) в течение нескольких месяцев после произошедшего события;
- б) в течение нескольких лет после события;
- в) в момент события, длительностью до нескольких дней.

12. Симптомы: насыщенная, быстрая речь, рыдания, крики, чрезмерное возбуждение, театральные позы, множество движений, относятся к реакции:

- а) плач;
- б) истероидная реакция;
- в) психомоторное возбуждение;
- г) другая реакция.

13. Симптомы: сильное сердцебиение, учащенное поверхностное дыхание, сниженный контроль за собственным поведением, напряжение мышц (особенно лицевых), данное состояние способно побудить человека к бегству, относятся к реакции:

- а) агрессия;
- б) истероидная реакция;
- в) страх;
- г) плач.

14. Симптомы: непреодолимая усталость, равнодушие, безразличие, отсутствие сил, относятся к реакции:

- а) ступор;
- б) апатия;
- в) нервная дрожь;
- г) страх.

15. Симптомы: человек готов разрыдаться, подрагивают губы, наблюдается ощущение подавленности, возбуждение в поведении отсутствует, относятся к реакции:

- а) плач;
- б) ступор;
- в) страх;
- г) другая реакция.

16. Сильная неконтролируемая дрожь наблюдается при:

- а) страхе;
- б) психомоторном возбуждении;
- в) нервной дрожи;
- г) другой реакции.

16. Является ли дебрифинг терапевтической процедурой:
- а) нет
 - б) да
 - в) снижает интенсивность симптомов и предупреждает развитие травмы
 - г) нет правильного ответа
17. Время проведения дебрифинга:
- а) не позднее 24 часов после ЧС
 - б) не ранее 72 часов
 - в) не позднее 48 часов
 - г) не имеет кардинального значения
18. Сколько времени может длиться одна сессия дебрифинга:
- а) от часа до двух часов
 - б) время не ограничено
 - в) от 4 до пяти часов
 - г) сколько захочет группа
19. Самое главное правило проведения дебрифинга:
- а) конфиденциальность
 - б) молчание
 - в) громкие споры
 - г) нет правильного ответа
20. На какой срок происходит планирование в заключительной фазе проведения дебрифинга:
- а) краткосрочная
 - б) среднесрочная
 - в) долгосрочная
 - г) все ответы правильные
21. Симптомы: временное непонимание происходящего, человек находится в движении. Движений много – как простых, так и сложных, при этом движения не являются целесообразными действиями, относятся к реакции:
- а) психомоторное возбуждение;
 - б) агрессия;
 - в) истероидная реакция;
 - г) другая реакция.
22. Симптомы: проявление злобы, гнева, не всегда имеющие объективную основу, относятся к реакции:
- а) страх;
 - б) агрессия;
 - в) психомоторное возбуждение;
 - г) другая реакция.
23. Симптомы: человек находится в одной позе, долгое время неподвижен, ни на что не реагирует, контакт практически невозможен, относятся к реакции:
- а) апатия;
 - б) истероидная реакция;
 - в) ступор;
 - г) другая реакция.
24. К механизмам образования толпы относятся:
- а) общая цель;
 - б) слухи;
 - в) сплоченность группы;
 - г) нет правильных ответов.
25. К разновидностям толпы относят:
- а) политическая;
 - б) активная;

- в) легкая;
- г) нет правильного ответа.

26. Суицид – это:

- а) определенное состояние человека;
- б) форма кризисного реагирования;
- в) форма стресса;
- г) другое.

27. К видам суицида относят:

- а) эмоциональный;
- б) когнитивный;
- в) аффективный;
- г) поведенческий.

28. Чаще суицидальные попытки совершают:

- а) мужчины;
- б) женщины;
- в) дети;
- г) бабушки.

29. Информация, доводящаяся до пострадавших должна быть:

- а) Достоверной;
- б) Дозированной;
- в) Лаконичной;
- г) Точной;
- д) Своевременной;
- е) Периодичной;
- ж) Успокаивающей;
- з) нет правильных ответов;
- и) все ответы правильные.

30. К основным психологическим характеристикам толпы обычно относят:

- А) кратковременность и бесструктурность скопления множества людей;
- Б) наличие общей осознанной цели
- В) отсутствие контактности у людей

31. Неорганизованность общность людей, возникающая в связи с каким-либо неожиданным событием, называется:

- А) экспрессивной толпой
- Б) случайной толпой
- В) конвенциональной толпой

32. Общность людей, отличающаяся особой силой массового проявления эмоций и чувств, называется:

- А) экспрессивной толпой
- Б) случайной толпой
- В) конвенциональной толпой

33. Скопление людей, охваченных чувством страха, стремлением избежать некой воображаемой или реальной опасности, называется:

- А) панической толпой
- Б) агрессивной толпой
- В) стяжательской толпой

34. К способам управления толпой относят:

- А) переориентирование внимания
- Б) обращение к участникам толпы по конкретным ФИО
- В) использование ритмичной музыки
- Г) все вышеперечисленное

35. Какие группы факторов приводят к возникновению ПТСР:

а) Факторы, связанные с травматическим событием: тяжесть травмы, ее неконтролируемость

б) защитные факторы: способность к осмыслению происшедшего, наличие социальной поддержки, механизмы совладания

в) факторы риска: возраст на момент травматизации, отрицательный прошлый опыт, психические расстройства в анамнезе, низкий интеллект и социоэкономический уровень

г) все вышеперечисленное

36. Процесс возникновения ПТСР:

а) острое стрессовое расстройство + травматический стресс + посттравматическое стрессовое расстройство

б) стресс-фактор + стрессовое событие + общий дистресс

в) острое стрессовое событие + посттравматическое стрессовое расстройство + посттравматическое расстройство личности

г) нет правильного ответа

37. Кем принимается решение об открытии «Горячей линии» в случае ЧС федерального масштаба:

а) Начальником Национального Центра управления в кризисных ситуациях МЧС РФ

б) Начальников Главного управления МЧС РФ в субъекте, где произошло ЧС

в) Министром МЧС РФ

г) нет правильного ответа

38. В каком режиме организовано дежурство на «Горячей линии»

а) в круглосуточном режиме

б) в двенадцатичасовом режиме

в) в свободном режиме

г) нет правильного ответа

39. Информироваются ли средства массовой информации по телефону «Горячая линия»

а) в обязательном порядке

б) нет, ни при каких обстоятельствах

в) по выбору специалиста психологической службы

г) нет правильного ответа

40. Сколько фаз переживания нормального горя вы знаете

а) четыре фазы

б) две фазы

в) шесть фаз

г) нет правильного ответа

Ключи для теста: 1а,2б,3а,4в,5а,6а,7б,8б,9б,10в,11в,12в,13б,14в,15б,16а,

17а,18в,19в,20а,21г,22а,23б,24а,25г,26б,27в,28а,29а,30б,31б,32а,33а,34г,35г,

36а,37а,38а,39б,40а