

**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 №13 от 27.04.2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ,
Б1.В.ДВ.03.02 ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ СОПРОВОЖДЕНИЕ В ТРУДНЫХ
ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ**

(индекс, наименование дисциплины в соответствии с учебным планом)

37.03.01 ПСИХОЛОГИЯ

(код, наименование направления подготовки /специальности)

Психологическое консультирование

(наименование образовательной программы)

Очная

(форма (формы) обучения)

Год набора – 2026 г.

Волгоград, 2026 г.

Автор(ы)-составитель(и)РПД:

Кандидат философских наук,
доцент кафедры социологии, общей и юридической психологии С.В. Хрипунова

Заведующий кафедрой социологии, общей и юридической психологии,
кандидат философских наук, доцент С.В.Хрипунова С.В.

Рабочая программа дисциплины Б1.В.ДВ.03.02«Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» одобрена на заседании кафедры социологии, общей и юридической психологии. Протокол № 9 от 24 апреля 2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы
2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы
3. Содержание и структура дисциплины
4. Типы оценочных материалов, показатели и критерии их оценивания
5. Формы аттестации, типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся, критерии и шкалы оценивания по контрольным точкам
6. Формы промежуточной аттестации, критерии и шкала оценивания, типовые оценочные материалы по дисциплине
7. Методические материалы по освоению дисциплины
8. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»
9. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы

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

1.1. Осваиваемые компетенции

Дисциплина Б1.В.ДВ.03.02 Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях обеспечивает формирование у обучающихся следующих общепрофессиональных и профессиональных компетенций:

ОТФ/ТФ и реквизиты ПС (при наличии)**	Код компетенции **	Наименование Компетенции **	Код индикатора достижения компетенций **	Наименование индикатора достижения компетенций **	Образовательный результат **
	ПКс-5	Способен к психологической диагностике, прогнозированию изменений и динамики уровня развития познавательной и мотивационно-волевой сферы, самосознания, психомоторики, способностей, характера, темперамента, функциональных состояний, личностных черт и акцентуаций в норме и при психических отклонениях с целью гармонизации психического функционирования человека	ПКс-5.2	Способен проводить психокоррекционную работу в соответствии результатами анализа причин и механизмов отклонений в психическом развитии	Знает нормы психического развития. соответствующие возрастным и половым нормам Умеет применять методы дифференциальной диагностики для определения типа отклонений. Владеет навыками анализа описываемых клиентом феноменов

--	--	--	--	--	--

--	--	--	--	--	--

2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы

Учебная дисциплина Б1.В.ДВ.03.02 «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» принадлежит к блоку дисциплин по выбору. По очной форме обучения дисциплина осваивается в 6 семестре, общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 23Е (72 часов).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 46 часа (лекций – 18 часов, практическая работа – 24 часов, 4 ч – электронные часы) и на самостоятельную работу обучающихся – 26 часов, катэк – 4 часа.

Форма промежуточной аттестации – зачет.

На практическую подготовку обучающихся выделено 24 часа по очной форме обучения.

Освоение дисциплины опирается не только на психологические знания, но и умения организовывать теоретические, научно-методические и практические исследования. Такой вид деятельности направлен на развитие определенных качеств личности, формирование умений и навыков в области коммуникативной компетентности, развития эмпатии, целеполагания, умения конструировать коррекционные занятия, анализировать результаты своей деятельности.

Учебная дисциплина Б1.В.ДВ.03.02 «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» базируется на знаниях, полученных в процессе изучения дисциплин Б1.О.02 «Введение в профессию», Б1.О.09 «Социология», Б1.О.12 «Общая психология», Б1.О.14 «Социальная психология», Б1.О.15 «Психология личности», Б1.О.16 «Психофизиология», Б1.О.17 «Психология развития и возрастная психология».

3. Содержание и структура дисциплины

3.1 Структура дисциплины

№ п/п	Наименование тем и (или) разделов	ВС ЕГ О	Объем дисциплины, ак.час										Форма текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации		
			Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий						Самостоятельная работа						
			Период теоретического обучения				Период промежуточной аттестации (сессия)			СР кр	СР эк	СР			
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа			И К	КС Р	КЭ					Ка ттэ к	Ко нт ро ль
Л / Д О Т	В Л	Л Р		ПЗ/ ДОТ											
Тема 1	Определение трудных жизненных	11	2			2				4				2	О, Т

	после кризисных ситуаций														
Тема 8	Работа с горем и утратой	11	2			4/2*							2	О, Т	
Тема 9	Преодоление зависимости и вредных привычек	11	2			4							4	О	
Тема 10	Профилактика кризисных состояний и укрепление психологического иммунитета	11	2			4							4	Т	
Промежуточная аттестация														Зачет	
Итого		72	18			24/4*							4		26

Используемые сокращения:

Л – лекции - занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации обучающимся педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях,).

ВЛ – видео лекции.

ЛР – лабораторные работы.

ПЗ – практические занятия (за исключением лабораторных работ).

ИК – индивидуальные консультации.

КСР – контроль самостоятельной работы

КЭ – консультации перед экзаменом

Каттэк – контактная работа на аттестацию в период экзаменационных сессий

Контроль - контактная работа на аттестацию в период экзаменационных сессий для заочной формы обучения

СРкр – самостоятельная работа на подготовку курсовой работы/ курсового проекта.

СРэк – самостоятельная работа на подготовку к экзамену.СР – самостоятельная работа в семестре на подготовку к учебным занятиям

Примечание: формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т), реферат (Р), ситуационная задача (СЗ), решение задач (З)

3.2. Содержание дисциплины

Тема 1. Определение трудных жизненных ситуаций и психического реагирования
ПКс-5, ПКс-5.2

Классификация трудных жизненных ситуаций. Понятие «стресс» и «кризис». Стадии и динамика переживания кризиса. Психологические реакции на жизненные трудности. Роль психолога в преодолении кризисных ситуаций.

Тема 2. Причины и факторы, провоцирующие кризисные состояния ПКс-5, ПКс-5.2

Внутриличностные и внешние причины кризисов. Кризисы, связанные с возрастной динамикой. Гендерные и социальные различия в восприятии кризисов. Особенности переживания кризисов в семье и близком окружении. Травмирующий опыт и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

Тема 3. Методы психологической диагностики кризисных состояний ПКс-5, ПКс-5.2

Методы психодиагностики: опросники, тесты, проективные методики. Оценка тяжести кризисных состояний. Определение стадий кризиса и ресурсных зон. Подходы к диагностике травматических расстройств. Методики диагностики состояний отчаяния и апатии.

Тема 4. Психологические методы работы с кризисными состояниями ПКс-5, ПКс-5.2

Экстренная психологическая помощь: первая помощь при кризисе. Групповая и индивидуальная работа с кризисными состояниями. Методы релаксации и саморегуляции. Техники и методы арт-терапии в кризисных ситуациях. Действия психолога при тяжелых формах реактивных состояний.

Тема 5. Принципы и стратегии поддержки в кризисных ситуациях ПКс-5, ПКс-5.2

Основные стратегии психологической поддержки. Виды психологической поддержки: вербальная, невербальная, групповая. Принципы работы с негативными эмоциями и чувствами. Специфика работы с клиентами в состоянии аффекта. Советы по предотвращению вторичной травматизации.

Тема 6. Помощь семьям и близким людям в кризисных ситуациях ПКс-5, ПКс-5.2

Особенности кризисных состояний членов семьи. Системная семейная психотерапия в кризисных ситуациях. Обучение семейных членов навыкам поддержки и взаимопомощи. Поддержка супругов, потерявших близкого человека. Создание безопасной среды для проживания кризисных состояний в семье.

Тема 7. Реабилитация и восстановление после кризисных ситуаций ПКс-5, ПКс-5.2

Понятие восстановительного периода после кризиса. Методы восстановления утраченных навыков и ролей. Работа с посттравматическими последствиями. Формирование новых смыслов и ценностей. Практические упражнения и домашние задания для восстановления.

Тема 8. Работа с горем и утратой ПКс-5, ПКс-5.2

Этапы переживания горя и утраты. Помощь при тяжелой потере (потеря супруга, ребенка, родителей). Рекомендации психолога родным и друзьям. Профилактика осложнений при переживании горя. Особенная работа с неизлечимо больными пациентами и их родственниками.

Тема 9. Преодоление зависимости и вредных привычек ПКс-5, ПКс-5.2

Психологическая помощь в борьбе с алкогольной и наркотической зависимостью. Особенности работы с курящими и азартными игроками. Консультирование клиентов с пищевыми расстройствами. Восприятие собственной зависимости и пути выхода из нее. Дополнительные ресурсы и сообщества поддержки для избавления от зависимостей.

Тема 10. Профилактика кризисных состояний и укрепление психологического иммунитета ПКс-5, ПКс-5.2

Факторы, снижающие риск кризисных состояний. Стресс-менеджмент и профилактика хронической усталости. Ресурсы личности и резервные силы организма. Мотивация к изменению образа жизни и оздоровлению. Тренинг стрессоустойчивости и развитие эмоционального интеллекта.

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

4. Типы оценочных материалов, показатели и критерии оценивания

4.1. Оценочные материалы по дисциплине (*наименование*) входят в состав оценочных материалов по образовательной программе. Совокупность оценочных материалов по всем дисциплинам (модулям) образовательной программы составляет фонд оценочных средств (далее – ФОС). ФОС используется при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с целью оценивания достижения обучающимися планируемых результатов обучения.

4.2. ФОС разработан как комплекс проверочных заданий различного типа и уровня сложности, включает критерии и шкалы оценивания, а также «ключи» правильных ответов. ФОС формируется как отдельный документ и хранится в электронном виде, доступ к ФОС предоставлен ограниченному кругу лиц.

4.3. Для самостоятельной работы обучающихся при подготовке к текущему контролю успеваемости и промежуточной аттестации в рабочих программах дисциплин размещены типовые проверочные задания, которые можно условно разделить на задания закрытого, комбинированного и открытого типов.

Задания закрытого типа — это тестовые задания, в которых каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных.

Задания комбинированного типа – это тестовые задания, в которых каждый вопрос сопровождается готовыми вариантами ответов, из которых необходимо выбрать один или несколько правильных и обосновать свой выбор.

Задания открытого типа — это задания, в которых на каждый вопрос должен быть предложен развернутый обоснованный ответ.

В зависимости от типа задания рекомендованы определенная последовательность выполнения и система оценивания выполнения заданий.

4.4. Типы заданий, сценарии выполнения, критерии оценивания

ТИП ЗАДАНИЯ	ИНСТРУКЦИЯ	СЦЕНАРИИ ВЫПОЛНЕНИЯ
Задание закрытого типа с выбором одного правильного ответа из нескольких	Прочитайте текст, выберите правильный ответ	1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов. 2. Внимательно прочитать предложенные

вариантов предложенных		<p>вариант-ты ответа.</p> <p>3. Выбрать один верный ответ.</p> <p>4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа (например, 3 или В).</p>
Задание закрытого типа на установление соответствия	Прочитайте текст и установите соответствие	<p>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидаются пары элементов.</p> <p>2. Внимательно прочитать оба списка: список 1 – вопросы, утверждения, факты, понятия и т.д.; список 2 – утверждения, свойства объектов и т.д.</p> <p>3. Сопоставить элементы списка 1 с элементами списка 2, сформировать пары элементов.</p> <p>4. Записать попарно буквы и цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа (например, А1 или Б4).</p>
Задание закрытого типа с выбором нескольких правильных ответов из нескольких вариантов предложенных	Прочитайте текст, выберите правильные ответы	<p>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается несколько правильных ответов из предложенных вариантов.</p> <p>2. Внимательно прочитать предложенные вариант-ты ответа.</p> <p>3. Выбрать несколько правильных ответов.</p> <p>4. Записать только номера (или буквы) выбранного варианта ответа (например, 1 4 или А Г).</p>
Задание закрытого типа на установление последовательности	Прочитайте текст и установите последовательность	<p>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается последовательность элементов.</p> <p>2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.</p> <p>3. Построить верную последовательность из предложенных элементов.</p> <p>4. Записать буквы/цифры (в зависимости от задания) вариантов ответа в нужной последовательности (например, БВА или 135).</p>
Задание комбинированного типа с выбором одного правильного ответа из предложенных и обоснованием выбора	Прочитайте текст, выберите правильный ответ и запишите аргументы, обосновывающие выбор ответа	<p>1. Внимательно прочитать текст задания и понять, что в качестве ответа ожидается только один из предложенных вариантов.</p> <p>2. Внимательно прочитать предложенные варианты ответа.</p> <p>3. Выбрать один верный ответ.</p> <p>4. Записать только номер (или букву) выбранного варианта ответа.</p> <p>5. Записать аргументы, обосновывающие выбор ответа (например, 4 текст обоснования).</p>
Задание открытого типа с развернутым ответом	Прочитайте текст и запишите развернутый обоснованный ответ	<p>1. Внимательно прочитать текст задания и понять суть вопроса.</p> <p>2. Продумать логику и полноту ответа.</p> <p>3. Записать ответ, используя четкие компактные формулировки.</p> <p>4. В случае расчетной задачи, записать решение и ответ</p>

--	--	--	--

4.5. Общая шкала оценивания результатов текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся с применением БРС

Итоговая балльная оценка	Традиционная система	Бинарная система	ECTS	
			Для традиционной системы	Для бинарной системы
95-100	Отлично	Зачтено	A	P/ Passed
85-94			B	P/ Passed
75-84	Хорошо		C	P/ Passed
65-74			D	P/ Passed
55-64	Удовлетворительно		E	P/ Passed
0-54	Неудовлетворительно	Не зачтено	F	F/Failed

Соотношение баллов за текущий контроль успеваемости и промежуточную аттестацию, а также повторную промежуточную аттестацию:

Максимальная сумма баллов за текущий контроль успеваемости	Максимальная сумма баллов за промежуточную аттестацию	Максимальная итоговая балльная оценка	Максимальная сумма баллов за повторную промежуточную аттестацию
60 баллов	40 баллов	100 баллов	100 баллов

5. Формы аттестации, типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся, критерии

5.1. В ходе реализации дисциплины используются следующие формы текущего контроля успеваемости обучающихся (в том числе, задания к контрольным точкам):

5.2. Типовые оценочные материалы для текущего контроля успеваемости обучающихся (вне контрольных точек):

Тема 1. Определение трудных жизненных ситуаций и психического реагирования

Вопросы для устного опроса:

1. Классификация трудных жизненных ситуаций.
2. Понятие «стресс» и «кризис».
3. Стадии и динамика переживания кризиса.
4. Психологические реакции на жизненные трудности.
5. Роль психолога в преодолении кризисных ситуаций.

Тема 2. Причины и факторы, провоцирующие кризисные состояния

Вопросы для устного опроса:

1. Внутриличностные и внешние причины кризисов.
2. Кризисы, связанные с возрастной динамикой.
3. Гендерные и социальные различия в восприятии кризисов.
4. Особенности переживания кризисов в семье и близком окружении.
5. Травмирующий опыт и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

Тема 3. Методы психологической диагностики кризисных состояний

Вопросы для устного опроса:

1. Методы психодиагностики: опросники, тесты, проективные методики.
2. Оценка тяжести кризисных состояний.
3. Определение стадий кризиса и ресурсных зон.
4. Подходы к диагностике травматических расстройств.
5. Методики диагностики состояний отчаяния и апатии.

Тема 4. Психологические методы работы с кризисными состояниями

Вопросы для устного опроса:

1. Экстренная психологическая помощь: первая помощь при кризисе.
2. Групповая и индивидуальная работа с кризисными состояниями.
3. Методы релаксации и саморегуляции.
4. Техники и методы арт-терапии в кризисных ситуациях.
5. Действия психолога при тяжелых формах реактивных состояний.

Тема 5. Принципы и стратегии поддержки в кризисных ситуациях

Вопросы для устного опроса:

1. Основные стратегии психологической поддержки.
2. Виды психологической поддержки: вербальная, невербальная, групповая.
3. Принципы работы с негативными эмоциями и чувствами.
4. Специфика работы с клиентами в состоянии аффекта.
5. Советы по предотвращению вторичной травматизации.

Вопросы для тестирования:

1. Что такое трудная жизненная ситуация?
 - A) Это ситуация, воспринимаемая человеком как сложная и угрожающая, которая нарушает привычный уклад жизни.
 - B) Легко разрешаемая повседневная проблема.
 - C) Временные неудобства, легко устранимые собственными силами.
 - D) Однозначно неблагоприятная внешняя ситуация.
2. Что не является признаком кризисного состояния?
 - A) Затрудненное принятие решений.
 - B) Острое чувство дискомфорта.
 - C) Эмоциональная лабильность.
 - D) Хорошее самочувствие и удовлетворение жизнью.
3. Какие факторы НЕ относят к внешним причинам кризисных состояний?
 - A) Потеря близкого человека.
 - B) Болезнь или увечье.
 - C) Генетическая предрасположенность.
 - D) Стихийные бедствия.
4. Какие события НЕ вызывают хронический кризис?
 - A) Смерть партнера.
 - B) Продолжающаяся безработица.
 - C) Кратковременный финансовый дефицит.
 - D) Резкое ухудшение здоровья.

Тема 6. Помощь семьям и близким людям в кризисных ситуациях

Вопросы для устного опроса:

1. Особенности кризисных состояний членов семьи.

2. Системная семейная психотерапия в кризисных ситуациях.
3. Обучение семейных членов навыкам поддержки и взаимопомощи.
4. Поддержка супругов, потерявших близкого человека.
5. Создание безопасной среды для проживания кризисных состояний в семье.

Тема 7. Реабилитация и восстановление после кризисных ситуаций

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие восстановительного периода после кризиса.
2. Методы восстановления утраченных навыков и ролей.
3. Работа с посттравматическими последствиями.
4. Формирование новых смыслов и ценностей.
5. Практические упражнения и домашние задания для восстановления.

Тема 8. Работа с горем и утратой

Вопросы для устного опроса:

1. Этапы переживания горя и утраты.
2. Помощь при тяжелой потере (потеря супруга, ребенка, родителей).
3. Рекомендации психолога родным и друзьям.
4. Профилактика осложнений при переживании горя.
5. Особенная работа с неизлечимо больными пациентами и их родственниками.

Тема 9. Преодоление зависимости и вредных привычек

Вопросы для устного опроса:

1. Психологическая помощь в борьбе с алкогольной и наркотической зависимостью.
2. Особенности работы с курящими и азартными игроками.
3. Консультирование клиентов с пищевыми расстройствами.
4. Восприятие собственной зависимости и пути выхода из нее.
5. Дополнительные ресурсы и сообщества поддержки для избавления от зависимостей.

Тема 10. Профилактика кризисных состояний и укрепление психологического иммунитета

Вопросы для устного опроса:

1. Факторы, снижающие риск кризисных состояний.
2. Стресс-менеджмент и профилактика хронической усталости.
3. Ресурсы личности и резервные силы организма.
4. Мотивация к изменению образа жизни и оздоровлению.
5. Тренинг стрессоустойчивости и развитие эмоционального интеллекта.

Вопросы для тестирования:

1. Что не относится к основным задачам психологической помощи членам семьи в кризисной ситуации?
 - A) Замена психолога членами семьи.
 - B) Поддержка эмоционального состояния.
 - C) Организация совместных мероприятий для укрепления семьи.
 - D) Создание доверительной атмосферы.
2. Какую форму помощи предпочитают многие семьи в кризисных ситуациях?
 - A) Индивидуальную терапию отдельно каждого члена семьи.
 - B) Консультации в режиме онлайн.
 - C) Семейную терапию, где участвует вся семья.
 - D) Индивидуальные тренинги для старших членов семьи.

3. Какой подход не применяется в восстановлении после кризисных ситуаций?
- A) Возвращение к обычной жизни постепенно.
 - B) Использование медитации и дыхательных техник.
 - C) Восполнение энергетических запасов организма.
 - D) Резкое возвращение к прежнему образу жизни без поддержки.
4. Какой метод реабилитации не подходит для восстановления после кризиса?
- A) Частое употребление алкоголя для успокоения нервной системы.
 - B) Занятия спортом и физкультурой.
 - C) Применение техник расслабления и снятия напряжения.
 - D) Постепенное наращивание нагрузок.

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.

При оценивании результатов устного опроса используется следующая шкала оценок:

100%-85%	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на высоком уровне. Свободное владение материалом, выявление межпредметных связей. Уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы на высоком уровне. Способность к самостоятельному нестандартному решению практических задач
84%- 65%	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы достаточно. Детальное воспроизведение учебного материала. Практические навыки профессиональной деятельности в значительной мере сформированы. Присутствуют навыки самостоятельного решения практических задач с отдельными элементами творчества.
64% - 55%	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере.
менее 55%	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы.

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.

Проверка кейса

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при проверке кейса во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критериями оценивания при проверке кейса является демонстрация основных теоретических положений, в рамках осваиваемой компетенции.

При оценивании результатов решения кейса используется следующая шкала оценок:

100%-85%	Учащийся демонстрирует совершенное знание основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции.
84%- 65%	Учащийся демонстрирует знание большей части основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции.
64% - 55%	Учащийся демонстрирует достаточное знание основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции.
менее 55%	Учащийся демонстрирует отсутствие знания основных теоретических положений, практических и аналитических навыков в рамках осваиваемой компетенции.

Решение задач

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при решении задач во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критерием оценивания при решении задач, является количество верно решенных задач. При расчете количества баллов, полученных студентом по итогам решения задач, используется следующая формула:

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

где Б – количество баллов, полученных студентом по итогам решения задач;
 В – количество верно решенных задач;
 О – общее количество задач.

Решение ситуационной задачи

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося при выполнении ситуационной задачи во время проведения текущего контроля определяется баллами в диапазоне 0-100 %. Критериями оценивания является сбор и обобщение необходимой информации, правильное выполнение необходимых расчетов, достоверность и обоснованность выводов.

При оценивании результатов решения ситуационной задачи используется следующая шкала оценок:

100%-85%	Учащийся демонстрирует совершенное знание основных теоретических положений, умеет собирать и обобщать необходимую информацию, правильно осуществляет расчеты, делает обоснованные выводы
84%- 65%	Учащийся демонстрирует знание большей части основных теоретических положений, может собрать большую часть необходимой информации, рассчитывает необходимые показатели, делает выводы, допуская при этом незначительные ошибки
64% - 55%	Учащийся демонстрирует знание некоторой части основных теоретических положений, может собрать некоторую часть необходимой информации, рассчитывает необходимые показатели, делает выводы, допуская при этом ошибки
менее 55%	Учащийся демонстрирует отсутствие знания основных теоретических положений, умений и навыков в рамках осваиваемой компетенции.

5.3. Один или несколько тематических блоков дисциплины завершаются контрольной точкой (далее – КТ). Текущий контроль успеваемости по дисциплине предусматривает 2 (две) КТ в течение периода освоения дисциплины.

Максимальное количество баллов за любой тип работ в рамках КТ составляет 100 (сто) баллов.

Распределение весовых коэффициентов по КТ в рамках текущего контроля успеваемости по дисциплине и формулы расчета:

Наименование контрольной точки	Максимальное количество баллов за работу в рамках КТ, которое может набрать студент	Коэффициент веса контрольной точки	Результат контрольной точки, участвующий в формировании итоговой балльной оценки по дисциплине (отражается в журнале БРС в СДО)
КТ 1	100	0,3	30
КТ 2	100	0,3	30
Итого:	x	0,6	60

Формула расчета результата контрольной точки:

Результат контрольной точки = Количество баллов за работу в рамках КТ X Коэффициент веса контрольной точки.

5.4. Формы текущего контроля успеваемости обучающихся в рамках КТ и типовые оценочные материалы:

КТ – 1.

Для каждой формы текущего контроля успеваемости обучающихся в рамках КТ определены критерии оценивания результатов выполнения задания

5.5. Описание дополнительных материалов и оборудования, необходимых для выполнения проверочных заданий (*при необходимости*).

6. Формы промежуточной аттестации, критерии и шкала оценивания, типовые оценочные материалы по дисциплине

6.1. Промежуточная аттестация проводится в *форме экзамена*/

6.2. Типовые оценочные материалы промежуточной аттестации.

Типовые проверочные задания для самоподготовки обучающегося к промежуточной аттестации:

6.3. Критерии и шкала оценивания на основе БРС.

КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ	РЕЗУЛЬТАТ В БАЛЛАХ
Дан полный, в логической последовательности развернутый ответ на поставленный вопрос, где он продемонстрировал знания предмета в полном объеме учебной программы, достаточно глубоко осмысливает дисциплину, самостоятельно, и исчерпывающе отвечает на дополнительные вопросы, приводит собственные примеры по проблематике поставленного вопроса, решил предложенные практические задания без ошибок	40
Дан развернутый ответ на поставленный вопрос, где студент	30-39

демонстрирует знания, приобретенные на лекционных и семинарских занятиях, а также полученные посредством изучения обязательных учебных материалов по курсу, дает аргументированные ответы, приводит примеры, в ответе присутствует свободное владение монологической речью, логичность и последовательность ответа. Однако допускается неточность в ответе. Решил предложенные практические задания с небольшими неточностями.	
Дан ответ, свидетельствующий в основном о знании процессов изучаемой дисциплины, 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 и решении практических заданий.	20-29
Дан ответ, который содержит ряд серьезных неточностей, 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. Выводы поверхностны. Решение практических заданий не выполнено, т.е. студент не способен ответить на вопросы даже при дополнительных наводящих вопросах преподавателя.	0-19

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»

Вопросы для тестирования:

1. Что такое трудная жизненная ситуация?

А) Это ситуация, воспринимаемая человеком как сложная и угрожающая, которая нарушает привычный уклад жизни.

В) Легко разрешаемая повседневная проблема.

С) Временные неудобства, легко устраняемые собственными силами.

Д) Однозначно неблагоприятная внешняя ситуация.

2. Что не является признаком кризисного состояния?

А) Затрудненное принятие решений.

- В) Острое чувство дискомфорта.
- С) Эмоциональная лабильность.
- Д) Хорошее самочувствие и удовлетворение жизнью.

3. Какие факторы НЕ относят к внешним причинам кризисных состояний?

- А) Потеря близкого человека.
- В) Болезнь или увечье.
- С) Генетическая предрасположенность.
- Д) Стихийные бедствия.

4. Какие события НЕ вызывают хронический кризис?

- А) Смерть партнера.
- В) Продолжающаяся безработица.
- С) Кратковременный финансовый дефицит.
- Д) Резкое ухудшение здоровья.

5. Какой метод диагностики НЕ применяется в кризисных ситуациях?

- А) Беседа и интервью.
- В) Наблюдение за поведением.
- С) Экспериментальное тестирование.
- Д) Выбор оптимальной диеты и режима дня.

6. Какая шкала предназначена для оценки уровня стресса?

- А) Шкала Бекмана.
- В) Шкала Холмса-Рея.
- С) Шкала Скиннера.
- Д) Шкала Цветкова-Петровского.

Правильно:

7. Какой метод НЕ предназначен для быстрого снятия эмоционального напряжения?

- А) Дыхательная гимнастика.
- В) Аутотренинг.
- С) Прогулка на свежем воздухе.
- Д) Медицинская химиотерапия.

8. Что НЕ является приемом кризисной интервенции?

- А) Прием и признание чувств клиента.
- В) Поддерживающая и успокаивающая позиция.
- С) Предоставление вариантов выхода из ситуации.
- Д) Быстрая постановка диагноза и принудительное лечение.

9. Что НЕ соответствует принципу "безопасности" в кризисной интервенции?

- А) Немедленно настаивать на принятии конкретного решения.
- В) Обсудить возможные выходы из ситуации.
- С) Прислушиваться к мнению клиента.
- Д) Обеспечить физическую безопасность клиента.

10. Какой подход НЕ уместен в кризисной ситуации?

- А) Аналитический подход.
- В) Подход прямой поддержки.
- С) Агрессивный подход.
- Д) Конструктивный подход.

11. Какой из методов психологической диагностики направлен на выявление степени социальной дезориентации?
- A) Тест Равена.
 - B) Миннесотский многопрофильный личностный опросник (MMPI).
 - C) Шкала социальной дезадаптации.
 - D) Тест Сонди.
12. Какой этап кризисного состояния наступает после шока и длится дольше остальных?
- A) Озабоченность.
 - B) Фаза мобилизации.
 - C) Фаза демобилизации.
 - D) Стадия адаптации.
13. Что НЕ относится к признакам повышенного уровня стресса?
- A) Высокая концентрация внимания.
 - B) Головокружение.
 - C) Забывчивость.
 - D) Бессонница.
14. Что НЕ является причиной повторного обращения к психологу после кризиса?
- A) Желание похвалиться успешным решением проблемы.
 - B) Оставшиеся нерешенные проблемы.
 - C) Стремление укрепиться в новой стабильности.
 - D) Страх рецидива.
15. Что не входит в обязанности психолога в кризисной ситуации?
- A) Оценка эмоционального состояния клиента.
 - B) Оказание экстренной психологической помощи.
 - C) Немедленная постановка точного диагноза и выдача лекарств.
 - D) Создание безопасного пространства для разговора.
16. Какая стадия кризисного состояния характеризуется внутренним напряжением и сомнениями?
- A) Начальная фаза.
 - B) Адаптация.
 - C) Озабоченность.
 - D) Этап поиска смысла.
17. Что НЕ оказывает положительное влияние на преодоление кризиса?
- A) Восстановление социального окружения.
 - B) Самообвинение и осуждение себя.
 - C) Открытое обсуждение проблемы.
 - D) Получение поддержки близких.
18. Что является обязательным компонентом эффективной кризисной интервенции?
- A) Доминирующий подход.
 - B) Эмпатия и безусловное принятие.
 - C) Сокращение продолжительности общения.
 - D) Снижение значимости проблемы.

19. Что НЕ вызывает острое кризисное состояние?
- A) Ежедневные бытовые хлопоты.
 - B) Сердечно-сосудистые заболевания.
 - C) Война или природные катастрофы.
 - D) Потеря работы.
20. Какой метод НЕ используется в психокоррекции кризисных состояний?
- A) Психоанализ.
 - B) Арт- Забастовка и митинги протеста.
 - C) Телесно-ориентированная терапия.
 - D) терапия.
21. Что не относится к основным задачам психологической помощи членам семьи в кризисной ситуации?
- A) Замена психолога членами семьи.
 - B) Поддержка эмоционального состояния.
 - C) Организация совместных мероприятий для укрепления семьи.
 - D) Создание доверительной атмосферы.
22. Какую форму помощи предпочитают многие семьи в кризисных ситуациях?
- A) Индивидуальную терапию отдельно каждого члена семьи.
 - B) Консультации в режиме онлайн.
 - C) Семейную терапию, где участвует вся семья.
 - D) Индивидуальные тренинги для старших членов семьи.
23. Какой подход не применяется в восстановлении после кризисных ситуаций?
- A) Возвращение к обычной жизни постепенно.
 - B) Использование медитации и дыхательных техник.
 - C) Восполнение энергетических запасов организма.
 - D) Резкое возвращение к прежнему образу жизни без поддержки.
24. Какой метод реабилитации не подходит для восстановления после кризиса?
- A) Частое употребление алкоголя для успокоения нервной системы.
 - B) Занятия спортом и физкультурой.
 - C) Применение техник расслабления и снятия напряжения.
 - D) Постепенное наращивание нагрузок.
25. Сколько стадий переживания горя выделяется в классической схеме?
- A) Три стадии.
 - B) Две стадии.
 - C) Пять стадий.
 - D) Десять стадий.
26. Какая реакция НЕ характерна для начального этапа переживания утраты?
- A) Шок и оцепенение.
 - B) Отказ верить в случившееся.
 - C) Слезы и грусть.
 - D) Радость и эйфория.
27. Что не является распространенным видом зависимости?
- A) Никотиновая зависимость.
 - B) Патриотическая зависимость.

- С) Химическая зависимость.
D) Зависимость от азартных игр.
28. Какой из методов НЕ применяется в лечении зависимостей?
A) Групповая терапия.
B) Принудительное удержание и ограничение свободы передвижения.
C) Лечебные препараты.
D) Когнитивно-поведенческая терапия.
29. Что НЕ способствует укреплению психологического иммунитета?
A) Постоянное напряжение и беспокойство.
B) Развитие стрессоустойчивости.
C) Поддержание здорового образа жизни.
D) Регулярный отдых и восстановление.
30. Какая стратегия НЕ используется для профилактики кризисных состояний?
A) Повышение осведомленности о механизмах стресса.
B) Работа с внутренними ресурсами и сильными сторонами личности.
C) Организация групп поддержки и саморазвития.
D) Полный уход от социальных контактов и общения.
31. Что НЕ является этапом выздоровления после утраты?
A) Отчуждение и отрицание факта утраты.
B) Печаль и сожаление.
C) Поклонение памяти ушедшего человека.
D) Адаптация и возобновление повседневной жизни.
32. Какой прием НЕ используется в работе с горем?
A) Обсуждение чувств и эмоций.
B) Вспоминание положительных моментов прошлого.
C) Откладывание обсуждения потерь на потом.
D) Сильная изоляция от общества.
33. Что НЕ относится к признакам хорошей стрессоустойчивости?
A) Умения спокойно воспринимать неудачи.
B) Высокое давление и постоянные головные боли.
C) Хорошо развитые навыки планирования и самоуправления.
D) Способность восстанавливаться после стрессовых ситуаций.
34. Какой подход НЕ используется в преодолении химической зависимости?
A) Регулярное потребление наркотиков в умеренном количестве.
B) Психотерапия и консультирование.
C) Медикаментозная поддержка.
D) Детоксикация организма.
35. Что НЕ включается в методы укрепления психологического иммунитета?
A) Управление стрессом и стрессоустойчивость.
B) Здоровое питание и активный образ жизни.
C) Развитие навыков тайм-менеджмента.
D) Применение запрещенных препаратов.
36. Какой этап в работе с утратой предполагает проживание печали и слез?

- A) Сначала отрицание.
- B) Сразу восстановление.
- C) Переживание и плач.
- D) Избегание эмоций.

37. Что НЕ помогает уменьшить тягу к алкоголю?

- A) Осознанность и регулярные прогулки.
- B) Постоянное напряжение и стресс.
- C) Консультации психолога и нарколога.
- D) Здоровый сон и сбалансированное питание.

38. Какой метод НЕ способствует снижению стресса?

- A) Прогулки на природе.
- B) Крайне активные занятия спортом до полного изнурения.
- C) Самонаблюдение и ведение дневника.
- D) Глубокое дыхание и йога.

39. Какой фактор НЕ повышает риск развития зависимости?

- A) Высокая подверженность стрессу.
- B) Отсутствие хобби и увлечений.
- C) Социальная изоляция.
- D) Поддерживающее окружение и крепкие социальные связи.

40. Что НЕ рекомендуют психологи для профилактики кризисных состояний?

- A) Полное игнорирование сигналов стресса и откладывание проблем.
- B) Своевременное обращение за поддержкой и помощью.
- C) Физическая активность и здоровый образ жизни.
- D) Поддержание регулярных социальных контактов.

3 этап

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

1. Определение трудных жизненных ситуаций и психического реагирования
2. Классификация трудных жизненных ситуаций.
3. Понятие «стресс» и «кризис».
4. Стадии и динамика переживания кризиса.
5. Психологические реакции на жизненные трудности.
6. Роль психолога в преодолении кризисных ситуаций.
7. Причины и факторы, провоцирующие кризисные состояния
8. Кризисы, связанные с возрастной динамикой.
9. Гендерные и социальные различия в восприятии кризисов.
10. Особенности переживания кризисов в семье и близком окружении.
11. Травмирующий опыт и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).
12. Методы психодиагностики: опросники, тесты, проективные методики.
13. Оценка тяжести кризисных состояний.
14. Определение стадий кризиса и ресурсных зон.
15. Экстренная психологическая помощь: первая помощь при кризисе.
16. Групповая и индивидуальная работа с кризисными состояниями.
17. Методы релаксации и саморегуляции.
18. Техники и методы арт-терапии в кризисных ситуациях.
19. Действия психолога при тяжелых формах реактивных состояний.
20. Виды психологической поддержки: вербальная, невербальная, групповая.

21. Принципы работы с негативными эмоциями и чувствами.
22. Специфика работы с клиентами в состоянии аффекта.
23. Особенности кризисных состояний членов семьи.
24. Системная семейная психотерапия в кризисных ситуациях.
25. Обучение семейных членов навыкам поддержки и взаимопомощи.
26. Поддержка супругов, потерявших близкого человека.
27. Понятие восстановительного периода после кризиса.
28. Методы восстановления утраченных навыков и ролей.
29. Работа с посттравматическими последствиями.
30. Этапы переживания горя и утраты.
31. Помощь при тяжелой потере (потеря супруга, ребенка, родителей).
32. Профилактика осложнений при переживании горя.
33. Особенная работа с неизлечимо больными пациентами и их родственниками.
34. Психологическая помощь в борьбе с алкогольной и наркотической зависимостью.
35. Особенности работы с курящими и азартными игроками.
36. Консультирование клиентов с пищевыми расстройствами.
37. Восприятие собственной зависимости и пути выхода из нее.
38. Факторы, снижающие риск кризисных состояний.
39. Стресс-менеджмент и профилактика хронической усталости.
40. Ресурсы личности и резервные силы организма.
41. Мотивация к изменению образа жизни и оздоровлению.

Шкала оценивания

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося во время промежуточной аттестации по дисциплине определяется оценками «зачтено», «не зачтено».

Причем приняты следующие соответствия:

- 55%-100% – «зачтено»,
- менее 55% – «не зачтено».

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося во время промежуточной аттестации определяется оценками «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Причем приняты следующие соответствия:

- 85%-100% – «отлично»,
- 65%-84% – «хорошо»,
- 55%-64% – «удовлетворительно»,
- менее 55% – «неудовлетворительно».

Критериями оценивания на экзамене является демонстрация основных теоретических положений в рамках осваиваемой дисциплины, умение применять полученные знания на практике.

При оценивании результатов обучения используется следующая шкала оценок:

100% - 85% (отлично)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на высоком уровне. Свободное владение материалом, выявление межпредметных связей. Уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы на высоком уровне. Способность к самостоятельному нестандартному решению практических задач
84% - 65% (хорошо)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы достаточно. Детальное воспроизведение учебного материала.

	Практические навыки профессиональной деятельности в значительной мере сформированы. Присутствуют навыки самостоятельного решения практических задач с отдельными элементами творчества.
64% - 55% (удовлетворительно)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере.
менее 55% (неудовлетворительно)	Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы.

6.4. Описание дополнительных материалов и оборудования, необходимых для выполнения проверочных заданий (*при необходимости*).

7. Методические материалы по освоению дисциплины (модуля)

Методические рекомендации по написанию рефератов

Реферат 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.

Рекомендации по самостоятельной работе студентов

На самостоятельную работу студентов по дисциплине Б1.В.ДВ.03.02 «Психологическое сопровождение в трудных жизненных ситуациях» выносятся следующие темы:

	Тема	Вопросы, выносимые на СРС	Очная форма
Тема 1	Определение трудных жизненных ситуаций и психического реагирования	Роль психолога в преодолении кризисных ситуаций.	О
Тема 2	Причины и факторы, провоцирующие кризисные состояния	Особенности переживания кризисов в семье и близком окружении.	О
Тема 3	Методы психологической диагностики кризисных состояний	Методики диагностики состояний отчаяния и апатии.	О
Тема 4	Психологические методы работы с кризисными состояниями	Действия психолога при тяжелых формах реактивных состояний.	О
Тема 5	Принципы и стратегии поддержки в кризисных ситуациях	Советы по предотвращению вторичной травматизации.	Г
Тема 6	Помощь семьям и близким людям в кризисных ситуациях	Создание безопасной среды для проживания кризисных состояний в семье.	О
Тема 7	Реабилитация и восстановление после	Практические упражнения и домашние задания для восстановления ПТСР	О

	Тема	Вопросы, выносимые на СРС	Очная форма
	кризисных ситуаций		
Тема 8	Работа с горем и утратой	Особенная работа с неизлечимо больными пациентами и их родственниками.	О
Тема 9	Преодоление зависимости и вредных привычек	Дополнительные ресурсы и сообщества поддержки для избавления от зависимостей.	О
Тема 10	Профилактика кризисных состояний и укрепление психологического иммунитета	Мотивация к изменению образа жизни и оздоровлению.	Т

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. **Выписывать 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.

8. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети Интернет

8.1. Основная литература

1. Григорьева, И. А. Социальная работа с семьей: учебник для вузов / И. А. Григорьева. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 149 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09947-8. — URL : <https://urait.ru/bcode/562453>

2. Красило, А. И. Консультирование посттравматических состояний: персоналистическое направление: учебник для вузов / А. И. Красило. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14834-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/568103>

3. Мищенко, Л. В. Психотравма. Предотвращение рецидивов. Технологии социально-психологического сопровождения: практическое пособие / Л. В. Мищенко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 225 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-07852-7. — URL : <https://urait.ru/bcode/564600>

4. Шульга, Т. И. Психологическое сопровождение семьи: учебник для вузов / Т. И. Шульга. — 2-е изд. — Москва: Издательство Юрайт, 2025. — 141 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13529-9. — URL : <https://urait.ru/bcode/567252>

8.2. Дополнительная литература

1. Белинская, А. Б. Основы социальной работы : учебник для вузов / А. Б. Белинская. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 199 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14725-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/568111>
2. Колесникова, Н. Е. Психологическое сопровождение осужденных, отбывающих наказание без изоляции от общества : учебник для вузов / Н. Е. Колесникова. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 175 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12369-2. — URL : <https://urait.ru/bcode/566472>
3. Психологическая помощь : практическое пособие / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина ; под редакцией Е. П. Кораблиной. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 222 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-08536-5. — URL : <https://urait.ru/bcode/563520>
4. Токарская, Л. В. Психология семьи. Психологическое сопровождение процесса усыновления : учебник для вузов / Л. В. Токарская. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 136 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17542-4. — URL : <https://urait.ru/bcode/562857>
5. Торохтий, В. С. Основы психолого-педагогического обеспечения социальной работы с семьей : учебник для вузов / В. С. Торохтий. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 266 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18176-0. — URL : <https://urait.ru/bcode/564555>
6. Торохтий, В. С. Социальная работа с семьей. Психолого-педагогическое обеспечение : учебник для вузов / В. С. Торохтий. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 511 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18175-3. — URL : <https://urait.ru/bcode/562848>
7. Торохтий, В. С. Технологии психолого-педагогического обеспечения
8. социальной работы с семьей : учебник для вузов / В. С. Торохтий. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 249 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-18177-7. — URL : <https://urait.ru/bcode/564556>
9. Фуряева, Т. В. Социальная инклюзия : учебник для вузов / Т. В. Фуряева. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 189 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-07465-9. — URL : <https://urait.ru/bcode/564986>

8.3. Нормативные правовые документы

1. Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон);
2. 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;
3. 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;
4. Устав федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации»;

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

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

7. 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

8.4. Интернет-ресурсы, справочные системы

1. <http://base.garant.ru/> - справочно-поисковая система «Гарант»
2. <http://www.consultant.ru/> - справочно-поисковая система «Консультант Плюс»
3. ЭБС IPBooks <http://lib.ranepa.ru/base/abs-iprbooks.html>
4. ЭБС Юрайт <http://www.biblio-online.ru>
5. ЭБС Лань <http://lib.ranepa.ru/base/abs-izdatelstva--lan-.html#>

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

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- лекционные аудитории, оборудованные видеопроекторным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном;
- помещения для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью.

Дисциплина поддержана соответствующими лицензионными программными продуктами: Microsoft Windows 7 Prof, Microsoft Office 2010, Kaspersky 8.2, СПС Гарант, СПС Консультант.

Программные средства обеспечения учебного процесса включают:

- программы презентационной графики (MS PowerPoint – для подготовки слайдов и презентаций);
- текстовые редакторы (MS WORD), MS EXCEL – для таблиц, диаграмм.

Вуз обеспечивает каждого обучающегося рабочим местом в компьютерном классе в соответствии с объемом изучаемых дисциплин, обеспечивает выход в сеть Интернет.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся включают следующую оснащенность: столы аудиторные, стулья, доски аудиторные, компьютеры с подключением к локальной сети института (включая правовые системы) и Интернет.

Для изучения учебной дисциплины используются автоматизированная библиотечная информационная система и электронные библиотечные системы.

