

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение инклюзивного высшего образования  
**«Московский государственный  
гуманитарно-экономический университет»  
(ФГБОУ ИВО «МГГЭУ»)**

**УТВЕРЖДАЮ**

Проректор по учебно-методической работе

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

**Б1.В.04 ПСИХОЛОГИЯ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ И КРИЗИСНОЙ ПОМОЩИ**

образовательная программа направления подготовки

37.03.01 Психология

шифр, наименование

**Профиль подготовки**

**Психология развития и образования**

Москва 2023

Разработчик (и) Котовская С.В.

*Кот.*

Фонд оценочных средств рассмотрен и одобрен на заседании кафедры педагогики и психологии

(протокол № 9 от «19» апреля 2023 г.)

на заседании Учебно-методического совета МГГЭУ

(протокол № 3 от «26» апреля 2023 г.)

Начальник учебно-методического управления

*И.Г. Дмитриева*  
И.Г. Дмитриева  
«*26*» *04* 2023 г.

Начальник методического отдела

*Д.Е. Гапеенок*  
Д.Е. Гапеенок  
«*26*» *04* 2023 г.

Декан факультета

*И.Л. Руденко*  
И.Л. Руденко  
«*19*» *04* 2023 г.

## Содержание

1. Паспорт фонда оценочных средств.....
2. Перечень оценочных средств.....
3. Описание показателей и критериев оценивания компетенций.....
4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций.....
5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации.....

## 1. ПАСПОРТ ФОНДА ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине «**Психология кризисных и посттравматических состояний**»

Оценочные средства составляются в соответствии с рабочей программой дисциплины и представляют собой совокупность контрольно-измерительных материалов (типовые задачи (задания), контрольные работы, тесты и др.), предназначенных для измерения уровня достижения обучающимися установленных результатов обучения.

Оценочные средства используются при проведении текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

Таблица 1 - Перечень компетенций, формируемых в процессе освоения дисциплины

<b>Код компетенции</b>	<b>Наименование результата обучения</b>
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ПК-6	Способен оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы

Конечными результатами освоения дисциплины являются сформированные когнитивные дескрипторы «знать», «уметь», «владеть», расписанные по отдельным компетенциям. Формирование дескрипторов происходит в течение всего семестра по этапам в рамках контактной работы, включающей различные виды занятий и самостоятельной работы, с применением различных форм и методов обучения.

## 2. ПЕРЕЧЕНЬ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ<sup>1</sup>

Таблица 2

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
1	Деловая/ ролевая игра	Совместная деятельность группы обучающихся и преподавателя под управлением преподавателя с целью решения учебных и профессионально-ориентированных задач путем игрового моделирования реальной проблемной ситуации. Позволяет оценивать умение анализировать и решать типичные профессиональные задачи.	Тема (проблема), концепция, роли и ожидаемый результат по каждой игре
2	Кейс-задача	Проблемное задание, в котором обучающемуся предлагают осмыслить реальную профессионально-ориентированную ситуацию, необходимую для решения данной проблемы.	Задания для решения кейс-задачи
3	Коллоквиум	Средство контроля усвоения учебного материала темы, раздела или разделов дисциплины, организованное как учебное занятие в виде собеседования преподавателя с обучающимися.	Вопросы по темам/разделам дисциплины
4	Круглый стол (дискуссия, полемика, диспут, дебаты)	Оценочные средства, позволяющие включить обучающихся в процесс обсуждения спорного вопроса, проблемы и оценить их умение аргументировать собственную точку зрения.	Перечень дискуссионных тем для проведения круглого стола (дискуссии, полемики, диспута, дебатов)
5	Портфолио	Целевая подборка работ студента, раскрывающая его индивидуальные образовательные достижения в одной или нескольких учебных дисциплинах.	Структура портфолио

<sup>1</sup> Указываются оценочные средства, применяемые в ходе реализации рабочей программы данной дисциплины.

№	Наименование оценочного средства	Характеристика оценочного средства	Представление оценочного средства в ФОС
6	Проект	<p>Конечный продукт, получаемый в результате планирования и выполнения комплекса учебных и исследовательских заданий. Позволяет оценить умения обучающихся самостоятельно конструировать свои знания в процессе решения практических задач и проблем, ориентироваться в информационном пространстве и уровень сформированности аналитических, исследовательских навыков, навыков практического и творческого мышления. Может выполняться в индивидуальном порядке или группой обучающихся.</p>	Темы групповых и/или индивидуальных проектов
7	Решение разноуровневых задач (заданий)	<p>Различают задачи и задания:</p> <p>а) репродуктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать знание фактического материала (базовые понятия, алгоритмы, факты) и умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины;</p> <p>б) реконструктивного уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей;</p> <p>в) творческого уровня, позволяющие оценивать и диагностировать умения, интегрировать знания различных областей, аргументировать собственную точку зрения.</p>	Комплект разноуровневых задач (заданий)
8	Эссе	<p>Средство, позволяющее оценить умение обучающегося письменно излагать суть поставленной проблемы, самостоятельно проводить анализ этой проблемы с использованием концепций и аналитического инструментария соответствующей дисциплины, делать выводы, обобщающие авторскую позицию по поставленной проблеме.</p>	Темы эссе

9	Тест	Средство, позволяющее оценить уровень знаний обучающегося путем выбора им одного из нескольких вариантов ответов на поставленный вопрос. Возможно использование тестовых вопросов, предусматривающих ввод обучающимся короткого и однозначного ответа на поставленный вопрос.	Тестовые задания
---	------	---	------------------

### 3. ОПИСАНИЕ ПОКАЗАТЕЛЕЙ И КРИТЕРИЕВ ОЦЕНИВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ

Оценивание результатов обучения по дисциплине **Психология кризисных и посттравматических состояний** осуществляется в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся.

Предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль (осуществление контроля всех видов аудиторной и внеаудиторной деятельности обучающегося с целью получения первичной информации о ходе усвоения отдельных элементов содержания дисциплины) и промежуточная аттестация (оценивается уровень и качество подготовки по дисциплине в целом).

Показатели и критерии оценивания компетенций, формируемых в процессе освоения данной дисциплины, описаны в табл. 3.  
Таблица 3.

Код компетенции	Уровень освоения компетенций	Индикаторы достижения компетенций	Вид учебных занятий, работы, формы и методы обучения, способствующие формированию и развитию компетенций	Контролируемые разделы и темы дисциплины	Оценочные средства, используемые для оценки уровня сформированности компетенции	Критерии оценивания результатов обучения
		Знает				
УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных	Недостаточный уровень Оценка «незначтено», «неудовлетворительно»	Знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Не знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов



ситуаций и военных конфликтов	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	Знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Тестовые задания	Знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	Знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Тестовые задания	Хорошо как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

<p>Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»</p>	<p>Знает как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>Лекционные занятия, самостоятельная работа</p>	<p>Раздел 1 -2</p>	<p>Опрос, Тестовые задания</p>	<p>Отлично как создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>
	<p>Умеет</p>				
<p>Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»</p>	<p>Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>	<p>практические занятия, самостоятельная работа</p>	<p>Раздел 1-2</p>	<p>Опрос, Дискуссия, Тестовые задания</p>	<p>Не умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов</p>
<p>Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»</p>	<p>Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной</p>	<p>практические занятия, самостоятельная работа</p>	<p>Раздел 1-2</p>	<p>Опрос, Дискуссия, Тестовые задания</p>	<p>Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной</p>

		деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов				деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Хорошо умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	
Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»	Умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1-2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Отлично умеет создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения	

		угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов				устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
		Владеет				
Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»		Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	практические занятия, самостоятельная работа, практическая подготовка	Раздел 1 -2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Не владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»		Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	практические занятия, самостоятельная работа, практическая подготовка	Раздел 1 -2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и

						возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	практические занятия, самостоятельная работа, практическая подготовка	Раздел 1 -2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Хорошо навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»	Владеет навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	практические занятия, самостоятельная работа, практическая подготовка	Раздел 1 -2	Проекты, Дискуссия, Тестовые задания	Владеет на высоком уровне навыками создания и поддержания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ПК-6 Способен		Знает				
	Недостаточный	Знает особенности и	Лекционные	Раздел 1 -2	Опрос,	Не знает особенности и

оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы	уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы	занятия, самостоятельная работа		Тестовые задания	принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	Знает особенности и принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы	Лекционные занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Тестовые задания	Знает особенности и принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы

Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	Знает особенности и принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Хорошо знает особенности и принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы
Высокий уровень	Знает особенности и принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Отлично знает особенности и принципы оказания консультативной, профилактической и коррекционно-развивающей помощи субъектам образовательного процесса и социальной сферы
	Умеет				
Недостаточный уровень Оценка «незачтено», «неудовлетворительно»	Умеет оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Не умеет оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы

	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	Умеет оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Умеет оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	Умеет оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Умеет на хорошем уровне оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы
	Высокий уровень	Умеет оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы	практические занятия, самостоятельная работа	Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Умеет на высоком уровне оказывать консультативную, профилактическую и коррекционно-развивающую помощь субъектам образовательного процесса и социальной сферы
		Владеет				
	Недостаточный уровень Оценка	Владеет практическими навыками проведения консультирования,	практические занятия, самостоятельная	Раздел 1 -2	Проекты, Дискуссия, Тестовые	Не владеет практическими навыками проведения



	«незачтено», «неудовлетворительно»	коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса и социальной сферы	работа, практическая подготовка		задания	консультирования, коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса и социальной сферы
	Базовый уровень Оценка, «зачтено», «удовлетворительно»	Владеет практическими навыками проведения консультирования, коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса и социальной сферы		Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Владеет практическими навыками проведения консультирования, коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса и социальной сферы
	Средний уровень Оценка «зачтено», «хорошо»	Владеет практическими навыками проведения консультирования, коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса и социальной сферы		Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Хорошо владеет практическими навыками проведения консультирования, коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса и социальной сферы

	Высокий уровень Оценка «зачтено», «отлично»			Раздел 1 -2	Опрос, Дискуссия, Тестовые задания	Отлично владеет практическими навыками проведения консультирования, коррекции, просвещения и профилактики субъектам образовательного процесса и социальной сферы
--	---	--	--	-------------	---	--

<sup>1</sup> Лекционные занятия, практические занятия, лабораторные занятия, самостоятельная работа...

<sup>1</sup> Необходимо указать активные и интерактивные методы обучения (например, интерактивная лекция, работа в малых группах, методы мозгового штурма и т.д.), способствующие развитию у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.

<sup>1</sup> Наименование темы (раздела) берется из рабочей программы дисциплины.

<sup>1</sup> Оценочное средство должно выбираться с учетом запланированных результатов освоения дисциплины, например:

«Знать» – собеседование, коллоквиум, тест...

«Уметь», «Владеть» – индивидуальный или групповой проект, кейс-задача, деловая (ролевая) игра, портфолио...

#### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения**

По видам заданий приводится описание того, каким образом необходимо выполнить данное задание, способы и механизмы его выполнения, выбор номера варианта и др. Примеры методических материалов, определяющих процедуру оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций:

- Кейсовые технологии как средство формирования компетенций
- Методические указания по разработке оценочных средств
- Разработка и применение деловых игр
- Формирование портфолио обучающегося как современная оценочная технология
- Иные методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения в ходе реализации рабочей программы дисциплины

## 5. Материалы для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации

### Коллоквиум

#### **Раздел 1. Введение в психологию кризисных и посттравматических состояний**

##### **Тема 1.1. Теория кризисных ситуаций и состояний.**

Психология жизненных ситуаций.

Трудные жизненные ситуации.

Представление об экстремальных ситуациях.

Кризис как психологическое последствие трудных и экстремальных ситуаций.

Научно-теоретические основы учений о стрессе, его структура, стрессоры.

Характерные черты личностных кризисов.

Личностный кризис, кризисное состояние, кризисная личность, уровень уязвимости.

Внутренние и внешние кризисы.

Стресс-факторы специфики профессиональной деятельности

##### **Тема 1.2. Теоретические аспекты посттравматического стресса.**

Научно-теоретические основы учений о стрессе, его структура, стрессоры.

Психотравмирующие факторы, влияющие на возникновение реакций дезадаптации в детском и подростковом возрасте.

Теоретические аспекты посттравматического стресса.

Эмпирические модели посттравматического стресса.

#### **Раздел 2. Диагностика и сопровождение лиц с признаками кризисных и посттравматических состояний**

##### **Тема 2.1. Технологии проведения психодиагностических исследований кризисных состояний.**

Теоретические основы психодиагностики.

Основные методы психологического исследования.

Современные теории психологического тестирования.

##### **Тема 2.2. Современные теории психологического тестирования.**

Диагностика психических состояний.

Осознаваемые и неосознаваемые компоненты психических состояний.

Доминирующее и актуальное психическое состояние.

Вегетативные

проявления психических состояний.

Возрастные особенности диагностики психических состояний.

##### **Тема 2.3. Диагностика стрессовых состояний**

Диагностика стрессовых состояний.

Особенности диагностики ПТСР.

Психодиагностические методики:

особенности их применения и диагностические возможности.

##### **Тема 2.4. Технологии психологического сопровождения в кризисных состояниях.**

Введение в проблематику психологического сопровождения личности в кризисном состоянии.

Основные понятия и методы. Процесс психологического консультирования. Кризисная интервенция. Экстренная психологическая помощь.

Дебрифинг.

##### **Тема 2.5. Экстренная психологическая помощь. Дебрифинг.**

Психологическое сопровождение в ситуации суицидальных намерений.

Технологии психологической помощи в ситуации насилия.

Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания.

Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе.

Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов.

## **Тема 2.6. Психологическая помощь детям в кризисной ситуации.**

Семья и ее современные модели.

Семья в трудной жизненной и экстремальной ситуации.

Понятие семейного стресса; его латентность и последствия.

## **Тема 2.7. Системный подход в психологической помощи детям и членам их семьи.**

Типы взаимодействия – как основа профилактической и коррекционной работы с лицами с аддиктивным поведением.

Структура программы, этапы ее осуществления и порядок апробации.

Активные формы работы в профилактических мероприятиях: игры, тренинги, анализ фильмов и художественных произведений, организация акций и конкурсов.

Профилактика химических и нехимических аддикций.

## **Тема 2.8. Семейное психологическое консультирование.**

Системный подход в психологической помощи детям и членам их семьи.

Системная семейная психотерапия.

Семейное психологическое консультирование.

Техники психодинамического подхода и коррекции.

Технологии оказания психологической помощи детям в кризисных и посткризисных периодах.

*Алгоритм процедуры оценивания преподавателем:*

- полнота и конкретность ответа;
- последовательность и логика изложения;
- связь теоретических положений с практикой;
- обоснованность и доказательность излагаемых положений;
- наличие качественных и количественных показателей; – наличие иллюстраций к ответам в виде примеров и пр.;
- уровень культуры речи;
- использование наглядных пособий и т. п.
- качество подготовки; – степень усвоения знаний;
- активность;
- положительные стороны в работе студентов;
- ценные и конструктивные предложения;
- недостатки в работе студентов;
- задачи и пути устранения недостатков.

## **Темы для круглого стола (дискуссии, полемики, диспута, дебатов):**

1. Анализ клинического и психологического подхода к определению кризиса.
2. Анализ подходов к классификации кризисов.
3. Феноменология кризисных состояний.
4. Кризисная психотерапия: общие направления и подходы.
5. Травматические кризисы.
6. Кризисы становления.
7. Кризисы развития и кризисы жизни (возможна разбивка на более мелкие темы: половое созревание, кризис 3-х лет и т.д.).
8. Профессиональные кризисы.
9. Межличностные кризисы.
10. Экзистенциальные кризисы.
11. Стадии развития кризиса.
12. Эмоции в кризисе и способы совладания с ними.
13. Принципы кризисной интервенции.
14. Возрастные психологические кризисы.
15. Экзистенциальные психологические кризисы.
16. Суицидальные кризисные состояния.
17. Кризисная психотерапия: методы и методики.
18. Особенности кризисной помощи детям и подросткам.
19. Особенности кризисной помощи людям, пережившим семейное насилие.
20. Эмоции в кризисе и способы совладания с ними.
21. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату.
22. Виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее, «трафик», «моббинг».
23. Понятие вторичной травмы. Психологическая помощь помогающему специалисту.
24. Профилактика эмоционального выгорания и вторичной травматизации.
25. Формы психологической помощи, используемые при работе с кризисными состояниями.
26. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе.

## **Групповые творческие задания (проекты):**

*Задание 1.* Теоретически смоделировать, описать психологические характеристики человека, находящегося в ситуации кризиса (возрастного, экзистенциального, профессионального, семейного и т.д.) и создать пошаговый алгоритм индивидуальной работы с таким клиентом.

*Задание 2.* Смоделировать семейный анамнез клиента, находящегося в ситуации суицидального кризиса и создать программу реабилитационной работы с клиентом и его семьей.

*Задание 3.* Теоретически смоделировать ситуацию профессиональной деятельности сотрудников МЧС, пожарной охраны по спасению суицидента. Разработать поведенческий алгоритм под различные гипотезы о причинах попытки к суициду.

*Задание 4.* Теоретически смоделировать ситуацию профессиональной деятельности сотрудников «Телефона доверия» при работе с клиентом обратившимся с проблемой потери смысла жизни. Моделирование анамнеза клиента, анализ возможных факторов кризисного состояния, алгоритм консультационной работы с клиентом.

*Задание 5.* Проанализируйте различные психологические защиты и стратегии совладания с трудными жизненными ситуациями. Какие из них являются эффективными/неэффективными (адаптивными/деадаптивными, удачными/неудачными) в контексте конкретных ситуаций.

*Задание 6.* Подготовьте макет научно-популярного буклета на тему «Кризисные состояния личности» для проведения просветительской работы среди возможных клиентов психологической службы.

*Задание 7.* Смоделируйте алгоритм консультационной работы в ситуации «Переживание горя детьми».

## **Индивидуальные творческие задания (проекты):**

1. Психологическая работа с последствиями пережитого насилия.
2. Реабилитационный центр для детей и женщин, переживших насилие.
3. Психологическая работа с подростками, имевшими попытки суицида.
4. Психологический отбор и психологическая подготовка военнослужащих для участия в «горячих точках».
5. Психологическая работа с пострадавшими от теракта.
6. Психокоррекция и психотерапия временной и жизненной перспективы участниками ЧС.
7. Особенности психокоррекционной работы с лицами, пережившими техногенные катастрофы.
8. Составьте буклет для информационно-просветительской работы о механизмах вовлечения в деструктивные культы людей, имеющих предпосылки включения в секту.
9. Разработайте систему мероприятий для профилактики индоктринации старшеклассников.
10. Подготовьте конспект лекции на тему «Основные методы психологического сопровождения осужденных».
11. Разработайте систему мероприятий в рамках психологической поддержки безработных.
12. Особенности психокоррекционной работы с лицами, переживших развод с супругом.

13. Разработайте систему мероприятий для психологического сопровождения родственников умирающих.
14. Разработайте систему мероприятий в рамках кризиса профессионального становления личности.
15. Составьте программу психологического сопровождения людей, переживающих возрастной кризис.

Для создания проекта студентам необходимо выбрать конкретную кризисную или экстремальную ситуацию антропогенного или техногенного характера у взрослых или детей, представленную в художественном произведении (в том числе спектакле) или фильме (художественном или документальном).

Особенности ситуации, личности главного героя и его состояния необходимо описать по следующей схеме:

1. Титульный лист, оформленный в соответствии с требованиями к научным работам.

2. Введение, содержащее обоснование значимости проблемы или опасности игнорирования данной темы в обществе и семье. Введение включает в себя формулировку цели, задач Проекта, описание актуальности и практической значимости проблемы.

3. Теоретический обзор выбранной темы проекта с указанием степени разработанности в современной психологической науке заявленной проблематики.

4. Практическая часть, содержащая:

- Подробное описание кризисной или экстремальной ситуации с указанием ее объективных и субъективных характеристик

- Диагностика психического состояния главного героя (или группы лиц) с описанием конкретных симптомов и степени их выраженности и динамики. В случае, если психическое состояние может быть верифицировано как стрессовое расстройство, ПТСР и т.п., то его описание приводится на основе МКБ-10 или DSM-IV.

5. Программа психологической помощи, которая должна включать:

- Цель в соответствии с выбранным психологическим направлением (психоаналитический, когнитивный, поведенческий, личностно-ориентированный, реконструктивный и т.д. подходы). На этом этапе должна быть определена методология оказания психологической помощи. - Задачи на основе каузального (причинного) или симптомологического подхода, по продолжительности (экстренная, краткосрочная, долгосрочная).

- Методы и формы психологической помощи: индивидуальная или групповая форма, формы воздействия (директивные, манипулятивные, клиентоориентированные и др.).

- Возможности психодиагностики кризисного состояния: какие методы можно использовать, степень их надежности и валидизации.- Этапы оказания психологической помощи: последовательность использования методов, частота и продолжительность встреч.

- Прогнозируемая эффективность предложенной программы: критерии эффективности, способ их измерения.

- Координаты специалистов и/или организаций, к которым можно обратиться за помощью в описываемой кризисной ситуации (адреса, телефоны, Интернет-сайты, e-mail).

6. Самоанализ: описание трудностей, возникших при создании проекта и написании программы психологической помощи, собственные эмоциональные переживания в связи с анализируемой кризисной (экстремальной) ситуацией.

Требования к оформлению Проекта: 1) Объем работы должен составлять не менее 15-20 машинописных листов 14 шрифтом Times New Roman, через 1,5 интервала в соответствии с требованиями к оформлению научных работ; 2) Проект должен быть сдан не позднее, чем за 1 неделю до даты экзамена; 3) Проект должен содержать список



использованных при подготовке литературных источников, указанных в тексте работы и процитированных в Теоретическом сборе. Количество источников, напрямую соответствующих теме, должно быть не менее 5-ти за последние 5 лет в форме монографий и учебников, учебных пособий. Также в списке литературы должно быть не менее 5-ти ссылок на статьи в современных периодических психологических, педагогических и медицинских изданиях.

Требования к презентации Проекта. Для представления и защиты проекта необходимо подготовить: 1) Доклад на 5-7 минут по результатам Проекта, включающий 2) Мультимедийную презентацию, отражающую основные тезисы доклада 3) Видеозапись фильма (подготовленного для экзамена отрывка), иллюстративный и/или наглядный материал.

## **Темы эссе (рефератов, докладов, сообщений)**

При оценивании знаний и умений студентов по дисциплине преподаватель руководствуется, прежде всего, следующими критериями:

- развитие навыков самостоятельного научного поиска необходимой литературы;
- развитие навыков самостоятельной работы с учебной и научной литературой при решении поставленных задач;
- развитие навыков научного анализа материала и его изложения;
- выработка умения самостоятельного выделения из всей найденной информации основных аспектов раскрывающих суть темы реферата и анализа их;
- развитие умения излагать изучаемый материал в краткой по объему и емкой по содержанию форме;
- закрепление знаний по выбранной теме при работе с дополнительными источниками.

Написать эссе на 3-5 страниц, осветив в нем три основных вопроса относительно методологии психологической помощи личности в кризисной ситуации:

1. В чем для вас цель консультирования (психологической помощи) и что бы вы хотели достичь в отношениях с клиентами, находящимися в кризисном состоянии?
2. Чем терапевтические (помогающие) отношения отличаются от других? В чем их особенность?
3. Что способствует и, наоборот, препятствует, на Ваш взгляд, построению в повседневной жизни отношений с другими людьми, основанных на психотерапевтических принципах понимания, доверия, безопасности и безоценочного принятия?
4. Какова должна быть личная и профессиональная позиция консультанта при работе с кризисными состояниями?
5. Какие препятствия (трудности) для психологов-консультантов могут быть при работе с кризисными клиентами?
6. Какие ресурсы могут помочь консультантам (помогающим специалистам) поддерживать и сопровождать личность в кризисном состоянии?
7. Какова технология оказания психологической помощи в следующих кризисных ситуациях:
  - Различные эмоциональные воздействия в связи с опасностью, трудностью, новизной, ответственностью выполняемой работы, ограниченной лимитом (тем более дефицитом) потребной информации.

- Угроза массового поражения, стихийными бедствиями.
- Действия ночью, при сенсорной депривации, а также при явном избытке противоречивой информации.
- Развитие состояния паники в условиях войны.
- Чрезмерные психические напряжения в очень ответственной мыслительной, психомоторной деятельности при значительных нагрузках на познавательные психические процессы: внимание, восприятие, память, представления и др.
- Чрезмерные нагрузки на речевые функции, особенно в условиях сильных эмоций.
- Высокие физические нагрузки при чрезмерных напряжениях силы, выносливости, быстроты в статических положениях.
- Высокие физические и эмоциональные напряжения при воздействии ускорений, вестибулярных нагрузок, резких перепадов барометрического давления, дыхания под избыточным давлением.
- Условия режима длительной гипокинезии (обездвиженности, ограничения двигательной активности), гиподинамии (дефицита естественного приложения силы).
- Воздействия неблагоприятных климатических, микроклиматических условий обитания: жары, холода, высокой влажности, кислородной недостаточности, повышенного состава углекислоты во вдыхаемом воздухе.
- Неблагоприятное воздействие различных радиочастот, шумов, вибрации, во вдыхаемом воздухе, окружающей среде разных вредных элементов (в том числе в гидросфере).

### Тест (текущий контроль)

*1. Установите соответствие понятия и его сущности.*

- а) оптимальная ситуация;
  - б) трудная жизненная ситуация;
  - в) экстремальная или чрезвычайная ситуация;
  - г) критическая ситуация.
- 1) это результат активного взаимодействия личности и среды;
  - 2) это ситуация, объективно нарушающая жизнедеятельность гражданина (уровень адаптации к жизни), которую он не может преодолеть самостоятельно;
  - 3) это ситуация радикально или внезапно изменившейся обстановки, которая связана с появлением особо неблагоприятных факторов для жизнедеятельности человека, непреодолимых трудностей, осознанием угрозы и риска на пути реализации конкретной деятельности;
  - 4) ситуация, вызванная одномоментным сильным или слабым, но длительным психологическим травмированием событиями внешнего или внутреннего мира; это ситуация, несущая угрозу личностному развитию, нарушающая взаимодействие и адаптацию человека в социальной среде.

*2. Установите последовательность путем ранжирования по значимости жизненных событий, оказывающих влияние на возникновение стресса.*

- а) смерть супруга
- б) развод
- в) серьезная травма или заболевание
- г) потеря работы
- д) выход на пенсию
- е) перемена места работы
- ж) изменения в финансовом положении

- з) крупный долг
- л) смена жилья
- м) перемены, связанные со сном и режимом дня

3. Установите соответствие симптомов стресса в зависимости от видов:

- а) физические - ...
- б) когнитивные - ...
- в) эмоциональные - ...
- г) поведенческие признаки - ...

1) забывчивость, неорганизованность, трудности в принятии решений, проблемы с концентрацией внимания, тревога и скачки мыслей;

2) капризность, раздражительность, вспыльчивость, внезапные признаки паники, частые перепады настроения, чрезмерная реакция на небольшие неприятности;

3) излишнее переедание или недоедание, самоизоляция от людей, пренебрежение обязанностями, компульсивное поведение, проблемы с общением, чрезмерная подозрительность, вредные привычки;

4) боли, тошнота, головокружение, затрудненное дыхание, потливость, усталость, вялость, слабость.

4. Выберите правильный ответ.

«Психическая травма» - это ....

а) жизненное событие, затрагивающее значимые стороны существования человека и приводящие к глубоким психологическим переживаниям;

б) эмоционально значимое событие, связанное с негативными переживаниями;

в) критическое состояние на психологическом, точнее, патопсихологическом уровне его существования;

г) все ответы верные.

5. Выберите правильные ответы.

К социальным факторам, обуславливающим расстройства поведения относятся: ...

а) социально-педагогическая запущенность,

б) глубокий психический дискомфорт, вызванный неблагополучием семейных взаимоотношений, отрицательным психологическим микроклиматом в семье;

в) систематические учебные неуспехи;

г) несложившиеся взаимоотношения со сверстниками в коллективе;

д) неправильное (несправедливым, грубым, жестоким) отношение к ребенку со стороны родителей, учителей, товарищей по классу и т. д.);

е) отклонения в состоянии психического и физического здоровья и развития;

ж) возрастные кризисы, акцентуации характера и другие причины физиологического и психоневрологического свойства;

з) отсутствие условий для самовыражения, разумного проявления внешней и внутренней активности;

л) незанятость полезными видами деятельности, отсутствие позитивных и значимых социальных и личных жизненных целей и планов;

м) безнадзорность, отрицательное влияние окружающей среды и развивающаяся на этой основе социально-психологическая дезадаптация, смещение социальных и личных ценностей с позитивных на негативные.

б. Выберите правильные ответы.

К ситуационно-личностным реакциям, проявляющимся в детском и подростковом возрасте относятся: ...

а) реакция отказа проявляется отсутствием или снижением стремления к контактам с окружающими;

б) реакция оппозиции, выражается в нарочитой грубости, непослушании, вызывающем поведении, категорических отказах выполнять какие-либо поручения, уходами из дому, суицидальным поведением;

в) *реакция имитации* характеризуется стремлением во всем подражать определенному лицу, пользующемуся авторитетом у ребенка (конкретный герой из книги или кино, либо вымышленному герою), поведение и психологические качества которого соответствуют его идеалам.

г) *реакция компенсации* характеризуется стремлением скрыть или восполнить свою слабость, несостоятельность в одной области деятельности успехом в другой;

д) *реакция гиперкомпенсации* характеризуется стремлением ребенка или подростка добиться высших результатов именно в той области, где он оказался несостоятельным.

е) *реакция эмансипации* характерна для подростков, проявляется как потребность в освобождении от контроля и опеки взрослых, протест против установленных правил и порядков, стремление к независимости, самостоятельности и самоутверждению себя как личности;

ж) *реакция скрытой эмансипации* характеризуется бродяжничеством, половой свободой, созданием неформальных асоциальных групп.

з) *реакция группирования* со сверстниками как специфический вид эмоциональных контактов, невозможных в семье и межличностных отношений, в которых подростки глубже познают окружающих и самого себя;

и) *реакции увлечения* (хобби-реакции) помогает подростку укрываться за забором своих увлечений от травмирующей его действительности, конфликтных межличностных отношений в семье и школе;

к) *реакции, обусловленные сексуальными влечениями* проявляются ранними половыми связями и сексуальными девиациями.

*7. Выберите несколько правильных ответов.*

Составляющие антистрессового стиля жизни: ...

- а) четкое планирование каждого своего шага;
- б) чередование концентрации усилий и расслабление;
- в) принятие помощи друзей и близких;
- г) позитивный подход к решению проблем;
- д) больше положительных эмоций.

*8. Выберите несколько правильных ответов.*

К стратегиям проблемно-решающего поведения человека в трудных жизненных ситуациях относят: ...

- а) защиту;
- б) совладание (преодоление и приспособление);
- в) переживание;
- г) противостояние;
- д) соперничество.

*9. Установите соответствие понятия и его сущности.*

- 1) чрезвычайная ситуация;
- 2) экстремальная ситуация;
- 3) кризисная ситуация.

а) внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию.

б) внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию.

в) ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер.

*10. Продолжите перечень объективных характеристик чрезвычайных ситуаций:*

- 1) степень экстремальности воздействия;
- 2) возраст индивида;

3) материальное положение человека или семьи.

*11. Вставьте пропущенные слова:*

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

*12. Вставьте пропущенные слова:*

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

*13. Выберите правильный ответ.*

Среди перечисленных кризисов относятся к:

- 1) нормативным,
- 2) ненормативным.

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

*14. Выделите несколько правильных ответов.*

В периодизации Дж. Кульберга выделяется 4 фазы (стадии) кризиса:

- а) фаза шока и оцепенения (игнорирование травмирующего события);
- б) фаза поиска;
- в) фаза обработки (острого горя и отчаяния);
- г) фаза остаточных толчков и реорганизации;
- д) фаза завершения;
- е) фаза новой ориентации (реорганизация и рождение нового смысла)
- ж) фаза реакции (осознание действительности и поиск смысла)

*15. Продолжите перечень значений стресса:*

- а) стресс как событие;
- б) стресс как промежуточная переменная;
- в) стресс как трансактный процесс;

*16. Установите соответствие классификации стрессоров в зависимости от критериев, лежащих в основе их деления:*

- а) стрессоры активной деятельности,
  - б) стрессоры оценок,
  - в) стрессоры рассогласования деятельности,
  - г) физические и природные стрессоры.
- 1) стрессоры предстоящих состязаний;
  - 2) стрессор сильного звука, качки, жары и т.д.;
  - 3) стрессоры зрелищ;
  - 4) стрессоры психосоциальной мотивации (соревнования, конкурсы, экзамены);
  - 5) стрессор конфликта в семье;
  - 6) стрессор сенсорной депривации;
  - 7) стрессор заболевания;
  - 8) стрессор успеха в искусстве;
  - 9) стрессор подводных погружений или парашютных прыжков;
  - 10) стрессор любви;

- 11) стрессор ожидания угрозы;
- 12) стрессор ограничения обычной сферы общения и деятельности и т.д.

*17. Дополните недостающую стадию стресса в соответствии с концепцией «общего адаптационного синдрома» Г. Селье:*

- 1) стадия тревоги, которая состоит из фаз «шока» и «противошока»;
- 2) стадия ... ..;
- 3) стадия истощения.

*18. Вставьте пропущенные слова:*

ПТРС (посттравматическая стрессовая ситуация) – это ... .. реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения практически у любого человека, такой как природные и техногенные катастрофы, боевые действия, пытки, изнасилования и др.

*19. Определите правильный ответ.*

ПТРС – это синдром, обусловленный следующими психосоциальными факторами, за исключением:

- 1) уровня интеллектуального развития человека;
- 2) природы происходящего события;
- 3) свойств травмированной личности;
- 4) характеристик окружения;
- 5) материальных возможностей.

*20. Установите правильный ответ.*

Основные последствия физического насилия над детьми:

- 1) импульсивность поведения;
- 2) повышенная активность;
- 3) отсутствие доверия к людям;
- 4) депрессии;
- 5) снижение способности к самовыражению.

*21. Установите соответствие сущности стресса и стрессора, его вызывающего.*

а) «событийный» стресс вызван переживанием непосредственно воспринимаемого стрессора через органы чувств;

б) «невидимый» стресс обусловлен субъективно-эмоциональным реагированием на имеющиеся у данного человека знания об угрозе жизни, которой он подвергается.

- 1) участники боевых действий;
- 2) стихийные бедствия и катастрофы;
- 3) беженцы;
- 4) потеря близкого человека;
- 5) тяжелое физическое заболевание (например, онкология);
- 6) физическое и сексуальное насилие;
- 7) радиационная угроза.

*22. Выберите правильный ответ.*

К феноменам диссоциации при посттравматическом стрессе относятся все, за исключением:

- 1) абсорбации;
- 2) галлюцинации;
- 3) рассеянности;
- 4) явления деперсонализации;
- 5) диссоциативных изменений идентичности;
- 6) амнезии.

*23. Выберите правильный ответ.*

Целеполагающим фактором психологического консультирования является:

- а) желание консультанта осуществить психологическую помощь;

б) взаимодействие психолога с клиентом, желание клиента изменить что-то в своей жизни;

в) потребность в общении;

г) потребность в самоактуализации.

*24. Установите правильную последовательность этапов психологического консультирования:*

а) исследование проблем (установление контакта с клиентом, достижение обоюдного доверия);

б) двумерное определение проблем (точная характеристика проблемы клиента, установление эмоционального и когнитивного аспекта)

в) идентификация альтернатив (открытое обсуждение возможных альтернатив решения проблем);

г) планирование (критическая оценка выбранных альтернатив решения, составление плана реалистичного решения проблем);

д) деятельность (последовательная реализация плана решения проблем);

е) оценка и обратная связь (оценка уровня достижения цели (степень разрешения проблемы) и обобщение достигнутых результатов.

*25. Выберите правильный ответ.*

Выделяются следующие направления психологической помощи в зависимости от цели консультирования:

а) помочь пациенту вспомнить, восстановить и реинтегрировать бессознательный материал, чтобы настоящая жизнь могла стать более удовлетворительной;

б) изменение жизненного стиля на более адаптивный;

в) расширение осознания человеком своих глубинных внутренних ощущений, исследование того, как потребности, желания и чувства кодируются в разных телесных состояниях;

г) сформировать творческий подход к жизни;

д) понять, как используемые клиентом суждения определяют его болезненное состояние, и научиться правильным способам познания;

е) помочь осознать собственные возможности; побуждать к принятию ответственности за то, что происходит с клиентом.

*26. Выберите несколько правильных ответов.*

К критериям оценки эффективности консультирования (психотерапии) относятся:

а) улучшение понимания (себя, проблемы, окружающих);

б) изменение эмоционального состояния (разрядка эмоционального напряжения, исследование своих чувств, принятие некоторых своих чувств);

в) развитие способности принять и осуществить принятое решение;

г) приспособление к ситуации, которую невозможно изменить;

д) развитие имеющихся навыков, приобретение новых.

*27. Выберите несколько правильных ответов.*

Отберите 5 характеристик квалифицированного психолога:

а) помогая клиенту в достижении целей, следует склонностям клиента;

б) способен работать в рамках одной концепции;

в) работает в рамках одной культуры;

г) рассматривает теорию как отражение реальности;

д) понимает, что его собственные убеждения основаны на манере мышления и вытекают из его культурной и половой принадлежности;

е) действует, не признавая своих ограничений, работает без наблюдения;

ё) отрицает, что клиент находится под его влиянием во время консультирования;

ж) честно общается с клиентом, использует множество моделей помощи;

з) проводит совместную работу с другими психологами по части теории, концепций, консультирования;

- и) преследует собственные цели, не в состоянии дать направление и поддержку клиенту;
- й) придает большое значение деталям из жизни клиента.

*28. Вставьте пропущенные слова.*

Главный смысл кризиса как психологического последствия экстремальной ситуации состоит в том, что в этот период решается, каким путем пойдет ... развитие личности: понижение возможностей развития личности или их ....

*29. Выберите несколько правильных ответов.*

Идейные истоки теории кризисов заложены в:

- а) психоанализе («Эго-психологии» З. Фрейда);
- б) эпигенетической теории развития личности (Э.Эриксона);
- в) клиент-центрированной терапии (К. Роджерса);
- г) экзистенциальной психологии (И. Ялома);
- д) психосинтезе (Р. Ассаджиоли);
- е) теории ролей в психодраме (Я. Морено).

*30. Выберите правильный ответ.*

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

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

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

- а) Кризис – острое эмоциональное состояние, возникающее при блокировании целенаправленной жизнедеятельности человека; дискретный момент развития личности.
- б) Кризис – реакция на опасные события, которая переживается как болезненное состояние.
- в) Кризис – это опасная возможность с сопутствующей тревогой.
- г) Кризис – это реакция личности на критическую ситуацию, которая выражается в неспособности личности разрешить эту ситуацию в короткое время и привычным способом; субъективно кризис переживается как «тупик».
- д) Кризисная ситуация – ситуация повышенного риска, предрасполагающая к возникновению реакций дезадаптации.

*32. Установите последовательность.*

Типы критической ситуации (по Ф. Е. Василюку) в порядке возрастания.

- а) стресс;
- б) фрустрация,
- в) конфликт,
- г) кризис.

*33. Выберите правильный ответ.*

Метод оказания психологической помощи человеку, находящемуся в кризисном состоянии, называется:

- а) кризисная интервенция;
- б) экстренная психологическая помощь;
- в) психотерапия;
- г) верны все варианты ответа.

*34. Выберите правильный ответ.*

Цель кризисной интервенции:

- а) помощь центрирована на разрешении проблемы, а на человеке;
- б) разрешение кризисной ситуации;



- в) разрешение ранее нерешенных «исторических» проблем;
- г) верны все варианты ответа.

*35. Выберите правильный ответ.*

Общей задачей суицидального поведения является:

- а) сообщение о своем намерении;
- б) сужение когнитивной сферы;
- в) прекращение потока сознания невыносимой боли;
- г) бегство от решения проблемы.

*36. Выберите правильный ответ.*

Неверным стереотипом (мифом) в отношении суицида является следующее утверждение:

- а) «знания о том, куда следует обратиться за помощью, могут предотвратить много самоубийств»;
- б) «разговоры о суициде могут способствовать его совершению»;
- в) верны оба варианта ответа.

*37. Выберите правильный ответ.*

Согласны ли Вы, что большинство суицидентов в той или иной степени обращаются за помощью (дают знать о своих намерениях):

- а) да;
- б) нет .

*38. Выберите правильный ответ.*

Согласны ли Вы, что склонность к самоубийству – явление, наследуемое генетически:

- а) да;
- б) нет.

*39. Сформулируйте понятие согласно следующему определению.*

а) ... – принуждение совершать не желаемые человеком действия или поступки, связанное с нарушением прав человека; вовлечение человека в деятельность против его воли с помощью обмана, шантажа, манипуляций, угрозы физического расправы; использование власти для доминирования над другим.

б) ... – это систематически повторяющиеся акты физического, психологического, сексуального, экономического воздействия на близких людей, которые совершаются против их воли с целью обретения власти и контроля над ними.

*40. Установите соответствие вида насилия и его сущности.*

- 1) физическое насилие
- 2) сексуальное насилие
- 3) психологическое насилие
- 4) экономическое насилие

а) характеризуется такими действиями как толчки, хватание, бросание, нанесение ударов кулаком или посторонними предметами, удерживание, удушение, пинки; использование оружия, ожоги и т. п.

б) принуждение к половым отношениям посредством силы, угроз или шантажа (изнасилование);

в) наличие вербальных оскорблений, шантажа, актов насилия по отношению к детям или другим лицам для установления контроля над партнером; угрозы по отношению к жертве или другим лицам;

г) отказ в содержании детей; утаивание доходов, трата обидчиком семейных денег только на собственные нужды, самостоятельное принятие большинства финансовых решений, строжайший контроль над расходами членов семьи.

*41. Установите правильную последовательность стадий, входящих в цикл домашнего насилия:*

- а) стадия нарастающего напряжения (возникновение случаев незначительного насилия, отдельные вспышки гнева и оскорблений);
- б) инцидент насилия (острое насилие – всплеск напряжения в самой негативной форме);
- в) стадия примирения (раскаяния)» (период относительного спокойствия, когда насильник сожалеет о содеянном).

*42. Дополнить ответ.*

Существует 4 формы насилия:

- а) физическое;
- б) сексуальное;
- в) ...
- г) экономическое.

### **Вопросы к экзамену (промежуточная аттестация)**

1. Дать определение понятию «жизненная ситуация». Охарактеризовать объективные и субъективные элементы (внешние и внутренние условия), возникающие при взаимодействии личности и среды в определенный период времени.
2. Охарактеризовать понятие «личность в ситуации», влияние ситуации на личность, создание личностью ситуации, восприятие одной и той же ситуации разными людьми и вариативность реагирования на нее.
3. Раскрыть основные признаки ситуации обыденной (повседневной) жизни.
4. Раскрыть стратегии поведения человека в трудных жизненных ситуациях: психологические защиты, совладание, переживание.
5. Рассмотреть и проанализировать феномен «переживания» как внутреннюю психическую деятельность по преодолению жизненных событий.
6. Охарактеризовать техники поведения в трудных жизненных ситуациях: преодоление, приспособление; самосохранение в случаях несчастий; в случае неудачи.
7. Раскрыть типы экстремальных ситуаций в зависимости от источника травматизации, описать объективные и субъективные характеристики чрезвычайной ситуации.
8. Раскрыть феноменологию чрезвычайной ситуации: динамику психических состояний и поведения человека (периоды развития чрезвычайной ситуации).
9. Описать признаки первичного травматического стресса (фрустрационную регрессию). Раскрыть роль субъективных факторов в его развитии.
10. Дать определение и раскрыть структуру и психологические аспекты стресса. Описать острые стрессовые реакции.
11. Описать типологии стрессоров в зависимости от вида и продолжительности психосоциального воздействия, от участия в организации эмоционально-стрессовой реакции у человека.
12. Раскрыть основные характеристики экстренной психологической помощи в чрезвычайных ситуациях.
13. Описать психологический дебрифинг, сформулировать цель, задачи, раскрыть методику проведения.
14. Раскрыть кризис как психологическое последствие трудных и экстремальных ситуаций. Описать сходство и различие нормативных («кризис 6-7-летнего возраста», «кризис подросткового возраста», «кризис середины жизни» и др.) и ненормативных кризисов.
15. Проанализировать виды кризисов: возрастные, кризисы утраты и разлуки, травматические. Описать психическое состояние в период кризиса.

16. Раскрыть динамику переживания в период кризиса, описать этапы проживания кризиса.
17. Описать поведение ребенка в кризисной ситуации,стораживающие признаки поведения ребенка. Раскрыть опасности, негативные и позитивные последствия кризиса.
18. Описать посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Раскрыть особенности посттравматического синдрома у детей (в остром и отдаленном периоде).
19. Сравнить и выявить различия в психологической картине посттравматического стресса при воздействии разных типов стрессоров.
20. Дать характеристику психологической травмы у детей. Выявить специфику психотравмы у детей.
21. Описать виды неблагоприятных психосоциальных факторов, приводящих к развитию стресса, посттравматическим расстройствам и расстройствам адаптации в детском и подростковом возрасте (связанные с детскими учреждениями, семейные неблагоприятные факторы).
22. Раскрыть соотношение внешних и внутренних детерминант отношения к психологической травме у ребенка и у родителей. Выявить зависимость тяжести травмы от порога выносливости, психической организации ребенка и его фиксации на травме.
23. Раскрыть основные проблемы неблагополучного детства: социальное сиротство, беспризорность, безнадзорность, вынужденные переселенцы, беженцы.
24. Описать особенности поведения и психики детей, испытывающих тяжелое физическое заболевание.
25. Описать особенности поведения и психики детей, находящихся в зоне военных действий.
26. Описать посттравматический стресс у детей и подростков при террористических актах.
27. Описать особенности поведения и психики детей, переживших стихийные бедствия и катастрофы.
28. Описать особенности поведения и психики детей, переживших потерю близкого человека. Охарактеризовать переживание горя ребенком.
29. Раскрыть насилие как особый вид травматической ситуации. Описать виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее, «трафик», «моббинг». Описать цикл насилия и последствия насилия у детей.
30. Раскрыть последствия физического, сексуального и психического насилия над детьми.
31. Раскрыть проблему насилия над детьми. Описать психотравмирующие факторы в детских учреждениях.
32. Описать особенности протекания посттравматического стресса у детей. Выявить зависимость проявлений посттравматического стресса от индивидуально-психологических особенностей ребенка.
33. Описать посттравматический стресс у детей, переживших насилие. Описать особенности протекания ПТСР и его встречаемость у детей.
34. Охарактеризовать развод родителей как один из видов травматизации ребенка.
35. Описать особенности диагностики ПТСР (психотравмирующей ситуации).
36. Раскрыть возрастные особенности диагностики психических состояний. Описать диагностику стрессовых состояний.
37. Охарактеризовать виды диагностики психических состояний. Описать методики, направленные на диагностику ПТСР.

38. Описать психологическое сопровождение как модель психологической помощи в период кризиса. Охарактеризовать особенности общения психолога с человеком в кризисной ситуации.
39. Раскрыть стадии психологического сопровождения: диагностическую, основную (реабилитационную), завершающую.
40. Описать процесс психологического консультирования. Охарактеризовать стадии консультирования.
41. Сформулировать цель, задачи, этапы, формы кризисной интервенции. Раскрыть отличие кризисной интервенции от психотерапии.
42. Охарактеризовать современные модели семьи и определить место ребенка в ней.
43. Охарактеризовать специфику психотравмы у детей. Описать виды неблагоприятных психосоциальных факторов, приводящие к развитию психотравмы у детей и подростков (неблагоприятные факторы, связанные с детскими учреждениями; семейные неблагоприятные факторы).
44. Раскрыть положение семьи в трудной жизненной и экстремальной ситуации.
45. Дать определение понятию семейного стресса; раскрыть его латентность и последствия. Описать типы семейного стресса.
46. Охарактеризовать основные проблемы неблагополучного детства и виды травматизации ребенка. Описать специфику психотравмы у детей.
47. Описать неблагоприятные психосоциальные факторы, приводящие к развитию психотравмы у детей. Раскрыть классификацию и механизмы воздействия.
48. Описать соотношение внешних и внутренних доминант отношения к психологической травме у ребенка и родителей.
49. Определить сходство и различие протекания посттравматического стресса у детей и взрослых.
50. Описать метод генограммного анализа семейных систем.
51. Охарактеризовать основные системные понятия, используемые в семейной психотерапии.
52. Сформулировать цель, стратегические задачи и описать основные представления семейной системной психотерапии.
53. Раскрыть основные методы оказания психологической помощи семье и детям.
54. Раскрыть формы и описать программы психосоциальной реабилитации детей и подростков.
55. Раскрыть методологию и основные методы вмешательств в психологической работе с детьми.
56. Описать системный подход в психологической помощи детям и членам их семьи.
57. Охарактеризовать семейное психологическое консультирование и его методы: игровую семейную психотерапию, сказкотерапию, арт-терапию, психодраму, семейную расстановку Б. Хеллингера.
58. Раскрыть психоаналитический подход в оказании психологической помощи детям. Описать предмет аналитической психологии в работах Фрейда, Юнга, Берна. Охарактеризовать техники психодинамического подхода и коррекции. Выявить отличие психоанализа от других видов психологической помощи.
59. Раскрыть метод Юнгианской песочной терапии как эффективный способ коррекции в посткризисный период.
60. Раскрыть процесс коррекция психологических защит, психологического рэкета и игр по Э. Берну.
61. Раскрыть когнитивно-поведенческий подход в оказании психологической помощи детям.
62. Раскрыть общие принципы взаимодействия психолога с ребенком, общий алгоритм работы с ним. Осуществить анализ актуального состояния ребенка.
63. Раскрыть психологическую помощь детям в экстремальной ситуации при

травматическом стрессе.

64. Психологическая помощь при суицидальном поведении в детском и подростковом возрасте.
65. Раскрыть технологии психологической помощи детям и подросткам в ситуации насилия.
66. Описать психологическое сопровождение детей и подростков в ситуации потери и утраты.
67. Раскрыть экстренную психологическую помощь при посттравматическом стрессе и суицидальном поведении в детском и подростковом возрасте.

