Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Ульяновский государственный педагогический университет
имени И.Н. Ульянова»
(ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова»)

Факультет педагогики и психологии
Кафедра психологии

УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебно-методической работе
_____ С.Н. Титов
«__25__»____ июня_____ 2021 г.

РАБОТА ПСИХОЛОГА В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ

Программа учебной дисциплины модуля
«Методы и технологии деятельности практического психолога»

основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы магистратуры по направлению подготовки
44.04.02 Психолого-педагогическое образование

направленность (профиль) образовательной программы
Практическая психология в социальной сфере и образовании

(заочная форма обучения)

Составитель: Семенова И.А., к.пс.н.,
доцент кафедры психологии

Рассмотрено и одобрено на заседании ученого совета факультета педагогики и психологии, протокол от «22» июня 2021 г. № 6

Ульяновск, 2021

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 01D77C644FC1E54000000006381D0002
Владелец: Титов Сергей Николаевич
Действителен: с 19.07.2021 до 19.07.2022

Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина «Работа психолога в кризисных ситуациях» включена в блок дисциплин вариативной части Блока 1 Дисциплины (модули) основной профессиональной образовательной программы высшего образования – программы магистратуры по направлению подготовки 44.04.02 «Психолого-педагогическое образование» направленность (профиль) образовательной программы: Практическая психология в социальной сфере и образовании (заочная форма обучения).

Результаты изучения дисциплины являются основой для изучения дисциплин и прохождения практик: Учебная практика (научно-исследовательская работа), Производственная практика (технологическая (проектно-технологическая) практика).

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

Целью дисциплины «Работа психолога в кризисных ситуациях» является знакомство слушателей с особенностями функционирования человека в кризисных ситуациях, принципах и процессе работы психолога в ситуациях кризиса. основными теоретическими направлениями, проблемами и методами данного раздела психологии.

В результате освоения программы магистратуры обучающийся должен овладеть следующими результатами обучения по дисциплине «Работа психолога в кризисных ситуациях» (в таблице представлено соотнесение образовательных результатов обучения по дисциплине с индикаторами достижения компетенций):

Компетенция и индикаторы ее достижения в дисциплине	Образовательные результаты дисциплины (этапы формирования дисциплины)		
	знает	умеет	владеет
ПК-3. Способен к проявлению базовой эмпатии и других профессионально важных качеств психолога-консультанта ИПК 3.1 Знать приемы демонстрации эмпатии и других профессионально важных качеств психолога-консультанта. ИПК 3.2 Уметь демонстрировать эмпатию и другие профессионально важные качества психолога-консультанта.	ОР-1 приемы демонстрации эмпатии и других профессионально важных качеств психолога-консультанта	ОР-2 демонстрировать эмпатию и другие профессионально важные качества психолога-консультанта	
ПК-4. Способен к планированию и осуществлению деятельности психолога-консультанта в образовании и социальной сфере ИПК 4.1. Знает методы и	ОР-3 основные механизмы возникновения отклонений в поведении, основной		

способы планирования и осуществления деятельности психолога-консультанта в образовании и социальной сфере.	перечень диагностических методик для выявления уровней и степени проявления отклонений в поведении различных возрастных категорий, перечень и основные положения нормативно-правовых документов, регламентирующих организацию и осуществление профессиональной деятельности психолога, в части проведения психо-коррекционной работы с отклонениями в поведении.		
ИПК 4.2. Умеет планировать и осуществлять деятельность психолога-консультанта в образовании и социальной сфере.		ОР-4 проектировать и проводить диагностическую и психо-коррекционную работу с клиентамиразлич ных возрастных категорий, характеризующим ися отклонениями в поведении	
ИПК 4.3. Владеет методами и способами планирования и осуществления деятельности психолога-консультанта в образовании и социальной сфере.			ОР-5 методическим инструментарием по организации диагностической и психокоррекционн ой работы с клиентами различных возрастных категорий, характеризующим ися отклонениями в поведении

2. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Номер семестра	Учебные занятия						Форма итоговой аттестации
	Всего		Лекции, час	Лабораторные занятия, час	Практическ. Занятия, час	Самостоят. Работа,час	
	Трудоемк.						
	Зач. ед.	Часы					
4	2	72	2		6	58	зачет/6
Итого:	2	72	2		6	58	6

3. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

3.1. Указание тем (разделов) и отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Наименование разделов и тем	Количество часов по формам организации обучения			
	Лекции	Семинар. занятия	Практич. Занятия	Самост. работа
Тема 1. Понятие кризисной ситуации. Виды и динамика кризисов.	2			12
Тема 2. Психические состояния в кризисных ситуациях.			2	14
Тема 3. Ресурсный подход в регуляции психических состояний.			2	16
Тема 4. Технологии психологической работы в кризисных ситуациях.			2	16
ИТОГО	2		6	58

3.2. Краткое описание содержания тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Понятие кризисной ситуации. Виды и динамика кризисов.

Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния. Кризис как состояние «невозможности» жизни в соответствии со сложившейся моделью жизненного мира. Потенциал кризиса и его роль в развитии личности. Психоаналитические теории кризиса. Представления о кризисе в гуманистической психологии. Специфика понимания психологического кризиса в отечественной психологии. Проблемы дифференциальной диагностики кризисов. Виды кризисов. Нормативные и ненормативные кризисы. Динамика нормативных и ненормативных кризисов. Особенности личности, переживающей кризис. Единицы анализа кризиса: причины, содержание, условия протекания, последствия. Роль «значимых других» в проживании личностью психологического кризиса.

Тема 2. Психические состояния в кризисных ситуациях.

Характеристика состояния психической напряженности. Биологический и психологический стресс. Негативные и позитивные изменения психической деятельности в кризисных ситуациях. Активация и тонус как важные параметры психических состояний в кризисных ситуациях. Влияние эмоций на эффективность деятельности в затрудненных условиях. Оценка возможности положительной адаптации к фрустрации. Обучение различным способам элиминации страха.

Тема 3. Ресурсный подход в регуляции психических состояний.

Обзор направлений развития ресурсного подхода в психологии. Ресурсная составляющая личности в повышенной экстремальности условиях жизнедеятельности. Ресурсы когнитивной, эмоциональной и поведенческой сфер личности. Основные стратегии совладания в кризисных и экстремальных ситуациях.

Тема 4. Технологии психологической работы в кризисных ситуациях.

Необходимость выявления всех субъектов кризисной ситуации, организации работы с каждым из них по отдельности и групповой работы. Специфика психологической работы при наложении отдельных кризисных ситуаций. Ошибки психологической работы в кризисной ситуации и способы их предотвращения. Общие принципы работы с психологическим кризисом. Современные психотерапевтические подходы к работе в кризисных ситуациях: суггестивная психотерапия (директивный и недирективный гипноз), имажинальная терапия, техники НЛП, трансактный анализ, символодрама, психосинтез, гештальт-терапия, эмоционально-когнитивная терапия, телесно-ориентированная терапия, бихевиоральная терапия.

4. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Самостоятельная работа студентов является особой формой организации учебного процесса, представляющая собой планируемую, познавательно, организационно и методически направляемую деятельность студентов, ориентированную на достижение конкретного результата, осуществляемую без прямой помощи преподавателя. Самостоятельная работа студентов является составной частью учебной работы и имеет целью закрепление и углубление полученных знаний и навыков, поиск и приобретение новых знаний, а также выполнение учебных заданий, подготовку к предстоящим занятиям и экзамену. Она предусматривает, как правило, разработку рефератов, написание докладов, выполнение творческих, индивидуальных заданий в соответствии с учебной программой (тематическим планом изучения дисциплины). Тема для такого выступления может быть предложена преподавателем или избрана самим студентом, но материал выступления не должен дублировать лекционный материал. Реферативный материал служит дополнительной информацией для работы на практических занятиях. Основная цель данного вида работы состоит в обучении студентов методам самостоятельной работы с учебным материалом. Для полноты усвоения тем, вынесенных в практические занятия, требуется работа с первоисточниками. Курс предусматривает самостоятельную работу студентов со специальной литературой. Следует отметить, что самостоятельная работа студентов результативна лишь тогда, когда она выполняется систематически, планомерно и целенаправленно.

Задания для самостоятельной работы предусматривают использование необходимых терминов и понятий по проблематике курса. Они нацеливают на практическую работу по применению изучаемого материала, поиск библиографического материала и электронных

источников информации, иллюстративных материалов. Задания по самостоятельной работе даются по темам, которые требуют дополнительной проработки.

Общий объем самостоятельной работы студентов по дисциплине включает аудиторную и внеаудиторную самостоятельную работу студентов в течение семестра.

Аудиторная самостоятельная работа осуществляется в форме выполнения тестовых заданий, кейс-задач, письменных проверочных работ по дисциплине. Аудиторная самостоятельная работа обеспечена базой тестовых материалов, кейс-задач по разделам дисциплины.

Внеаудиторная самостоятельная работа осуществляется в формах:

- подготовки к устным докладам (мини-выступлениям);
- подготовка к защите реферата.

Примерный перечень тем рефератов

1. Типы совладающего поведения как специальные способности преодоления кризисных ситуаций.
2. Психодиагностическое обеспечение деятельности специалистов в кризисных ситуациях.
3. Психологическое понятие кризиса и кризисной ситуации.
4. Влияние индивидуального и группового стресса на совместную деятельность.
5. Негативные и позитивные изменения психической деятельности в кризисных ситуациях.
6. Резервы психической саморегуляции в кризисных ситуациях.
7. Феномен социальной фрустрации и пути его преодоления.

Перечень учебно-методических изданий кафедры по вопросам организации самостоятельной работы обучающихся

1. Актуальные вопросы современной девиантологии: теория и практика. Учебно-методическое пособие. / Семикашева И.А., Вершинина В.В., Зинурова Р.Р., Федоров А.И. Под ред. Семикашевой И.А. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2018. – 60с.
2. Психологическое сопровождение кризисов. Учебное пособие. / Семенова И.А. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2018. – 197 с.
3. Федоров А.И., Забегалина С.В. Психология семейных отношений. – Ульяновск: ФГБОУ ВО «УлГПУ им. И.Н. Ульянова», 2017. – 63 с.

5. Примерные оценочные материалы для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Организация и проведение аттестации студента

ФГОС ВО в соответствии с принципами Болонского процесса ориентированы преимущественно не на сообщение обучающемуся комплекса теоретических знаний, но на выработку у бакалавра компетенций – динамического набора знаний, умений, навыков и личностных качеств, которые позволят выпускнику стать конкурентоспособным на рынке труда и успешно профессионально реализовываться.

В процессе оценки бакалавров необходимо используются как традиционные, так и инновационные типы, виды и формы контроля. При этом постепенно традиционные средства совершенствуются в русле компетентностного подхода, а инновационные средства адаптированы для повсеместного применения в российской вузовской практике.

Цель проведения аттестации – проверка освоения образовательной программы дисциплины-практикума через сформированность образовательных результатов.

Промежуточная аттестация осуществляется в конце семестра и завершает изучение дисциплины; помогает оценить крупные совокупности знаний и умений, формирование определенных компетенций.

Оценочными средствами текущего оценивания являются: доклад, тесты по теоретическим вопросам дисциплины, защита практических работ и т.п. Контроль усвоения материала ведется регулярно в течение всего семестра на практических (семинарских, лабораторных) занятиях.

№ п/п	**СРЕДСТВА ОЦЕНИВАНИЯ,** используемые для текущего оценивания показателя формирования компетенции	Образовательные результаты дисциплины
1.	**Оценочные средства для текущей аттестации** ОС-1 Подготовка к устным докладам ОС-2 Защита реферата	ОР-1 психологические основы социального взаимодействия, направленного на решение профессиональных задач ОР-2 грамотно, доступно излагать профессиональную информацию в процессе межкультурного взаимодействия учетом особенностей аудитории ОР-3 приемы демонстрации эмпатии и других профессионально важных качеств психолога-консультанта ОР-4 демонстрировать эмпатию и другие профессионально важные качества психолога-консультанта
2.	**Оценочные средства для промежуточной аттестации** **зачет** ОС-3 Зачет в форме устного собеседования по вопросам	

Описание оценочных средств и необходимого оборудования (демонстрационного материала), а также процедуры и критерии оценивания индикаторов достижения компетенций на различных этапах их формирования в процессе освоения образовательной программы представлены в Фонде оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине «Психология аддиктивного поведения».

Материалы, используемые для текущего контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

Материалы для организации текущей аттестации представлены в п.5 программы.

Материалы, используемые для промежуточного контроля успеваемости обучающихся по дисциплине

ОС-3 Зачет в форме устного собеседования по вопросам.

Примерный перечень вопросов к зачету

1. Психологическая помощь в кризисных ситуациях.
2. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.
3. Соотношение понятий: фрустрация, стресс, конфликт, кризис.
4. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов: определение, причины возникновения, динамика, варианты исхода.
5. Нормативные возрастные кризисы детства.
6. Нормативные возрастные кризисы отрочества, юности и молодости.
7. Нормативные возрастные кризисы зрелости.
8. Нормативные семейные кризисы.

9. Понятие семейного кризиса. Подходы к описанию и анализу семейных кризисов.
10. Нормативные семейные кризисы: виды, причины, содержание, условия протекания (благоприятные и неблагоприятные), последствия.
11. Ситуации, приводящие к ненормативным семейным кризисам: развод, измена, утрата одного из членов семьи и т.д.
12. Показания для психотерапии при работе с кризисами.
13. Способы преодоления кризисных ситуаций.
14. Технологии работы психолога в кризисных ситуациях.

В конце изучения дисциплины подводятся итоги работы студентов на лекционных и практических занятиях путем суммирования заработанных баллов в течение семестра.

Критерии оценивания знаний обучающихся по дисциплине

Формирование балльно-рейтинговой оценки работы обучающихся

		Посещение лекций	Посещение практических занятий	Работа на практических занятиях	Контроль-ная работа	Зачёт
4 семестр	Разбалловка по видам работ	2 х 1=2 балла	1 х 3=3 Балла	25 х 3=75 баллов	60 баллов	32 балла
	Суммарный макс. балл	2 балла max	5 баллов max	80 баллов max	140 баллов max	200 баллов max

Критерии оценивания работы обучающегося по итогам семестра

По итогам изучения дисциплины, трудоёмкость которой составляет 2 ЗЕ и изучается в 4 семестре, обучающийся набирает определённое количество баллов, которое соответствует «зачтено» или «не зачтено» согласно следующей таблице:

	Баллы (2 ЗЕ)
«зачтено»	более 100
«не зачтено»	100 и менее

2. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Успешное изучение курса требует от обучающихся посещения лекций, активной работы на практических занятиях, выполнения всех учебных заданий преподавателя, ознакомления с основной и дополнительной литературой.

Запись **лекции** – одна из форм активной самостоятельной работы обучающихся, требующая навыков и умения кратко, схематично, последовательно и логично фиксировать основные положения, выводы, обобщения, формулировки. В конце лекции преподаватель оставляет время (5 минут) для того, чтобы обучающиеся имели возможность задать уточняющие вопросы по изучаемому материалу. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удается осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу. Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией.

Подготовка к практическим занятиям.

При подготовке к практическим занятиям студент должен изучить теоретический материал по теме занятия (использовать конспект лекций, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, при необходимости дополнить конспект, делая в нем соответствующие записи из литературных источников). В случае затруднений, возникающих при освоении теоретического материала, студенту следует обращаться за консультацией к преподавателю. Идя на консультацию, необходимо хорошо продумать вопросы, которые требуют разъяснения.

В начале практического занятия преподаватель знакомит студентов с темой, оглашает план проведения занятия, выдает задания. В течение отведенного времени на выполнение работы студент может обратиться к преподавателю за консультацией или разъяснениями. В конце занятия проводится прием выполненных заданий, собеседование со студентом.

Результаты выполнения практических зданий оцениваются в баллах, в соответствии с балльно-рейтинговой системой университета.

Планы практических занятий

Практическое занятие № 1.
Психические состояния в кризисных ситуациях.

Цель: анализ состояний психической напряженности, фрустрации, стресса, страха при проживании личностью кризисных ситуаций.

Форма проведения: тематическая дискуссия.

Содержание работы:

1. Каковы основные положения теории стресса?
2. В чем заключаются отрицательные и положительные эффекты стресса?
3. Чем различаются подходы к оценке влияния эмоций на деятельность?

Практическое занятие № 2
Ресурсный подход в регуляции психических состояний.

Цель: усвоить основные направления ресурсного подхода в оценке личности, находящейся в кризисной ситуации.

Форма проведения: круглый стол.

Содержание работы:

1. Какие характеристики могут рассматриваться в качестве основы психологического ресурса деятельности в кризисных ситуациях?
2. Как можно описать ресурсный подход в контексте психологии здоровья?

Практическое занятие № 3
Технологии психологической работы в кризисных ситуациях.

Цель занятия: сформировать у магистрантов первичные навыки работы в кризисных ситуациях.

Рекомендации к самостоятельной работе

1. Изучить литературу и проработать темы для самостоятельной работы.
2. Подготовиться к проведению учебной консультации.

Содержание работы:

1. Эмоционально-когнитивная терапия. Техники АВС. Методы предотвращения срыва.
2. Телесно-ориентированная терапия. Значение телесного опыта как составляющей целостности человека. Тело как воплощение психологических проблем. Воздействие тела на личность.
3. Групповые методы терапии аддиктивного поведения. Понятие о групповых методах терапии. Динамика группы.

6. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, Интернет-ресурсов, необходимых для освоения дисциплины

Основная литература

1. Андронникова, О. О. Специальные проблемы психологического консультирования: учебное пособие / О.О. Андронникова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: ИНФРА-М, 2022. — 352 с. https://znanium.com/catalog/product/1864124

2. Зинченко, Е. В. Психологические аспекты стресса: учебное пособие / Е.В.Зинченко; Южный федеральный университет, Академия психологии и педагогики. – Ростов-на-Дону: Южный федеральный университет, 2017. – 91 с. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=493335

3. Чиркова, Т. И. Психология разрушения: учебное пособие / Т.И. Чиркова. — Москва: ИНФРА-М, 2021. — 230 с. —https://znanium.com/catalog/product/1081759

Дополнительная литература

1. Куфтяк, Е. В. Основы психологической работы с семьей : учебное пособие / Е. В. Куфтяк. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2016. – 125 с. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=439458

2. Мицкевич, А. Н. Первая и превентивная психологическая помощь в повседневной жизнедеятельности: памятка для педагогов, родителей, студентов, волонтеров, вожатых, работников социальных организаций: практическое руководство / А. Н. Мицкевич, С. В. Петров; под. ред. Ю. В. Полищука. - Москва: МПГУ, 2018. - 60 с. https://znanium.com/catalog/product/1340978

3. Психологическое консультирование детей и родителей: учебное пособие / Н. Л. Васильева, В. Ю. Иванова, В. О. Аникина [и др.]; под. ред. В. О. Аникиной. - Санкт-Петербург: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2020. - 336 с. https://znanium.com/catalog/product/1840334

4. Психосоциальная работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях: практикум / авт.-сост. И. В. Черникова; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2015. – 140 с. https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458278

Интернет-ресурсы

№ п/п	Наименование разработки в электронной форме	Ссылка на информационный ресурс	Доступность
1.	Сайт журнала «Вопросы психологии»	http://www.voppsy.ru/	Свободный доступ
2.	Открытая электронная библиотека российских журналов по психологии и педагогике	http://psyjournals.ru/	Свободный доступ
3.	Библиотека психологической литературы.	http://psylib.myword.ru	Свободный доступ
4.	Электронный журнал «Психологическая наука и образование»	http://psyedu.ru/	Свободный доступ