

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ
ФЕДЕРАЦИИ**
КЕМЕРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Социально-психологический институт

Директор социально-психологического института
М. С. Яницкий
10 октября 2016 г.



Рабочая программа дисциплины

Психология экстремальных ситуаций и состояний

Направление / специальность подготовки
37.05.01 Клиническая психология

Направленность (профиль) подготовки
Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях

Уровень специалитета

Форма обучения
очная

Кемерово
2016

Рабочая программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по специальности 37.05.01 «Клиническая психология», направленность подготовки «Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях». Программа утверждена Ученым советом социально-психологического института (протокол Ученого совета института № 1 от 10 октября 2016 г.).

Содержание

| Название раздела программы | стр |
|---|-----|
| 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы | 3 |
| 2. Место дисциплины в структуре ООП | 3 |
| 3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам занятий) и на самостоятельную работу обучающихся | 4 |
| 4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий | 4 |
| 5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю) | 12 |
| 6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) | 12 |
| 7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля) | 28 |
| 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)* | 28 |
| 9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля) | 28 |
| 10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости) | 31 |
| 11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю) | 31 |
| 12. Иные сведения и материалы | 32 |

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен овладеть следующими знаниями, умениями и навыками:

| Коды компетенций по ФГОСЗ | Результаты освоения ООП | Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине |
|---------------------------|--|---|
| ПСК-1.5 | способностью и готовностью к использованию знаний об истории развития, теоретико-методологических основах и психологических категориях психологии экстремальных и кризисных ситуаций | Знать историю развития психологии экстремальных и стрессовых ситуаций; теоретико-методологические основы психологии экстремальных и кризисных ситуаций |
| ПСК-1.12 | способностью и готовностью к индивидуальной, групповой и семейной психотерапии, психологическому консультированию и психологической коррекции отсроченных реакций на травматический стресс | Знать общие закономерности развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных и стрессовых ситуациях |

2. Место дисциплины в структуре ООП

Дисциплина «Психология экстремальных ситуаций и состояний» относится к базовой части профильного цикла специальности 030401 Клиническая психология, специализация "Психологическое обеспечение в чрезвычайных и экстремальных ситуациях".

Для изучения дисциплины необходимы компетенции, сформированные у обучающихся в результате освоения дисциплин ООП подготовки специалиста по направлению «Клиническая психология»: «Психология развития и возрастная психология» (СЗ.Б.5), «Практикум по психодиагностике» (СЗ.Б.11).

Знание материалов данной учебной дисциплины необходимо при выполнении выпускной работы, а также при практической работе выпускников по специальности.

Предлагаемый материал сосредоточен в 7 темах курса. Дисциплина «Психология экстремальных ситуаций и состояний» изучается на 4 курсе в 7 семестре.

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

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 4 зачетных единиц (ЗЕ), 144 академических часа.

3.1. Объём дисциплины (модуля) по видам учебных занятий (в часах)

| Объём дисциплины | Всего часов |
|--|--------------------------|
| | для очной формы обучения |
| Общая трудоемкость дисциплины | 144 |
| Контактная* работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего) | 80 |
| Аудиторная работа (всего*): | 80 |
| в т. числе: | |
| Лекции | 32 |
| Семинары, практические занятия | 48 |
| Активные формы | 40 |
| Внеаудиторная работа (всего*): | 28 |
| В том числе- индивидуальная работа обучающихся с преподавателем: | |
| Самостоятельная работа обучающихся (всего) | 28 |
| Творческая работа (эссе) | |
| Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет*** / экзамен) | 36 |

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

4.1. Разделы дисциплины (модуля) и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

для очной формы обучения

| № п/п | Раздел Дисциплины | Общая трудоёмкость (в часах) всего | Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и тру- доемкость (в часах) | | | Формы текущего контроля успевае- мости |
|----------|---|--|---|--------------------------------------|---|--|
| | | | аудиторные учебные занятия | | Самостоя- тельная работа обу- чающихся | |
| | | | лекции | семинары, практические занятия | | |
| | Тема 1. Психология кризисной ситуации | 13 | 4 | 6 | 3 | Опрос, тест, сообще- ния. |
| | Тема 2. Психические состояния человека в кризисных условиях | 13 | 4 | 6 | 3 | Опрос, доклады |
| | Тема 3. Посттравматическое стрессовое расстройство | 14 | 4 | 6 | 4 | Опрос, тесты, прак- тические задания |
| | Тема 4. Шоковая травма | 12 | 2 | 6 | 4 | Опрос |
| | Тема 5. Суицидальное поведение | 14 | 4 | 6 | 4 | Опрос, сообщения |
| | Тема 6. Переживание утраты | 12 | 2 | 6 | 4 | Опрос, сообщения |
| | Тема 7. Способы и приемы психической саморегуляции | 18 | 8 | 6 | 4 | Опрос, практиче- ские упражнения |
| | Тема 8. Активизация резервных возможностей личности | 12 | 4 | 6 | 2 | Опрос, практиче- ские упражнения |
| | Экзамен | 36 | | | | |
| | Всего по курсу | 144 | 32 | 48 | 28 | |

4.2 Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам)

| № | Наименование раздела дис- циплины | Содержание |
|-------------------------------------|---|---|
| 1 | Тема 1. Психология кризисной ситуации. Введение в курс. | Целью раздела является формирование представления о кризисной ситуации, знакомство с понятийным аппаратом дисциплины. |
| <i>Содержание лекционного курса</i> | | |
| 1.1. | Тема 1.1 Понятие кризисной ситуации. | Определение понятий «жизненный путь» и «событие». Понятие кризисной ситуации. Подходы к пониманию Понятие кризисной ситуации: ситуационный (Д. Доллард, Н. Э. Миллер, Л. Колб, Р. К. Питман, Д. |

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание |
|--|--|---|
| | | Б. Уотсон, К. Л. Халл); субъективистский (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер, К. Хорни, Д. Келли, А. Эллис, Р. Джаноф-Бульман, К. Роджерс); интеракционистский (Дж. Роттер, А. Бандура, А. Маслоу, В. Франкл, Ф. Е. Василюк). |
| 1.2. | Тема 1.2. Классификации кризисных ситуаций. | Классификации кризисных ситуаций. Типы кризисных ситуаций. Влияние кризисной ситуации на жизнедеятельность личности. Особенности экстренной психосоциальной помощи в кризисных ситуациях. Психогении в кризисных ситуациях. Стихийное массовое поведение людей в кризисных ситуациях. Техники экстренной психосоциальной помощи. |
| <i>Темы практических/семинарских занятий</i> | | |
| 1.1 | Тема.1.1 Понятие кризисной ситуации. | Вопросы 1.Определение понятий «жизненный путь» и «событие». 2.Понятие кризисной ситуации. 3. Теоретические подходы к пониманию кризисной ситуации. 4. Типы кризисных ситуаций. 5. Влияние кризисной ситуации на жизнедеятельность личности. 6.Особенности экстренной психосоциальной помощи в кризисных ситуациях. |
| <i>Содержание лекционного курса</i> | | |
| 2. | Психические состояния человека в кризисных условиях | Целью раздела является формирование представлений о психических состояниях личности в условиях экстремальных ситуаций. |
| 2.1 | Психические состояния человека в кризисных условиях. | Определение состояний, их классификация. Теория стресса: определение, феноменология. Теория стресса Г. Селье. Стадии стрессовой реакции организма. Напряженность, тревожность и роль стрессовых механизмов в их проявлении. Исследования М. Горовица, Китаева-Смыка в области стресса. Стресс и общий адаптационный синдром. Понятие психической адаптации, гомеостаза, компенсации функциональных резервов. Теории Ф. Б. Березина, Анохина, Судакова о психической адаптации как многомерной функциональной системе. Факторы, способствующие эффективной адаптации и влияющие на стрессоустойчивость. Факторы дезадаптации. Стратегии психической адаптации. Последствия стресса. Травматический стресс. Психологический стресс и психосоматические заболевания. |
| <i>Темы практических/семинарских занятий</i> | | |
| 2.1 | Характеристика основных | Вопросы: 1. Расскажите о стрессе как неспецифиче- |

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание |
|--|--|---|
| | психических состояний человека в кризисных условиях. | <p>ской реакции организма.</p> <p>2. Дайте классификацию видов психического стресса.</p> <p>3. Назовите условия возникновения информационного и эмоционального стресса.</p> <p>4. В чем заключаются индивидуальные особенности в проявлении стресса?</p> <p>5. Какие механизмы регуляции психических состояний вы знаете?</p> <p>6. Что такое интрапсихический конфликт?</p> <p>7. Какие способы избегания чрезмерного эмоционального напряжения вы знаете?</p> |
| 2.2 | Характеристика основных психических состояний человека в кризисных условиях. | <p>1. Определение состояний, их классификация.</p> <p>2. Теория стресса: определение, феноменология. Теория стресса Г. Селье. Стадии стрессовой реакции организма. Напряженность, тревожность и роль стрессовых механизмов в их проявлении.</p> <p>3. Стресс и общий адаптационный синдром. Понятие психической адаптации, гомеостаза, компенсации функциональных резервов.</p> <p>4. Факторы, способствующие эффективной адаптации и влияющие на стрессоустойчивость.</p> <p>5. Факторы дезадаптации. Стратегии психической адаптации.</p> <p>6. Последствия стресса.</p> <p>7. Травматический стресс.</p> <p>8. Психологический стресс и психосоматические заболевания.</p> |
| 3 | <i>Содержание лекционного курса</i> | |
| 3. | Посттравматическое стрессовое расстройство | Целью раздела является формирование представления об основных симптомах ПТСР, посттравматического стрессового расстройства), условиях возникновения, характере развития реакций ПТСР, способах коррекции и профилактики данного состояния. |
| 3.1 | Посттравматическое стрессовое расстройство | Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Типы травматических ситуаций и зависимости травматического стресса от различных типов травмирующих ситуаций. Посттравматические стрессовые реакции, состояния, изменения личности, немедленные и отдаленные последствия. Диагностические критерии ПТСР по DSM. |
| <i>Темы практических/семинарских занятий</i> | | |
| 3.1 | Посттравматическое стрессовое расстройство | <p>Вопросы:</p> <p>1 Определение посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).</p> |

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание |
|-----|--|---|
| | | 2. Типы травматических ситуаций и зависимости травматического стресса от различных типов травмирующих ситуаций. 3. Посттравматические стрессовые реакции, состояния, изменения личности, немедленные и отдаленные последствия. 4. Диагностические критерии ПТСР по DSM. |
| 4 | <i>Содержание лекционного курса</i> | |
| 4. | Шоковая травма | Целью раздела является формирование представления о механизме формирования шоковой травмы. |
| 4.1 | Шоковая травма | Понятие шоковой травмы, основные симптомы. Принципы диагностики. Утрата «понятной» связи с травматическим событием, сложности диагностики. Принципы работы с лицами, пережившими шоковую травму: работа с «ядром» травмы; создание безопасного пространства; ориентация на телесные ресурсы. Схема работы с шоковой травмой: работа с актуальным состоянием; работа со страхами; ориентация на деятельность и общение; отвлечение и др. Специфика работы при большом латентном периоде. Особенности работы с детьми и подростками. Техники работы с шоковой травмой. |
| | <i>Темы практических/семинарских занятий</i> | |
| 4.1 | Шоковая травма | Вопросы: 1. Понятие шоковой травмы, основные симптомы. 2. Принципы диагностики. Утрата «понятной» связи с травматическим событием, сложности диагностики. 3. Принципы работы с лицами, пережившими шоковую травму: работа с «ядром» травмы; создание безопасного пространства; ориентация на телесные ресурсы. 4. Схема работы с шоковой травмой: работа с актуальным состоянием; работа со страхами; ориентация на деятельность и общение; отвлечение и др. 5. Специфика работы при большом латентном периоде. 6. Особенности работы с детьми и подростками. Техники работы с шоковой травмой. 7. Сформулируйте основные правила оказания психологической помощи пострадавшим в ЧС. 8. Какую помощь необходимо оказать пострадавшему при: тревоге; страхе; плаче; истерике; апатии; чувстве вины или стыда; двигательном возбуж- |

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание |
|-----|--|--|
| | | дении;нервной дрожи. Назовите основные приемы самопомощи пострадавшим при ЧС. |
| 5 | <i>Содержание лекционного курса</i> | |
| | Суицидальное поведение | Целью раздела является изучение основных понятий, связанных с суицидальным поведением и оказанием необходимой помощи личности, оказавшейся в кризисной ситуации. |
| 5.1 | Суицидальное поведение | Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования. Основные теоретические концепции суицида (психопатологическая, психологическая, социологическая). Типы личностного смысла суицида. Распознавание суицидальной опасности. Факторы суицидального риска: социально-демографические, медицинские, биографические. Индикаторы суицидального поведения: ситуационные, поведенческие, коммуникативные, когнитивные, эмоциональные. «Сдерживающие» факторы (ресурсы решения проблемы). Определение степени суицидального риска. Психология переживания людей, перенесших самоубийство близкого человека. Консультирование суицидальных клиентов. Основные принципы работы по предотвращению суицида. Программа профилактики суицидального поведения, ее основные этапы и их характеристика. Профессиональная позиция при работе с суицидальным клиентом. |
| | <i>Темы практических/семинарских занятий</i> | |
| 5.1 | Суицидальное поведение | <p>Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1.Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования. 2.Основные теоретические концепции суицида (психопатологическая, психологическая, социологическая). Типы личностного смысла суицида. Распознавание суицидальной опасности. 3.Факторы суицидального риска: социально-демографические, медицинские, биографические. Индикаторы суицидального поведения: ситуационные, поведенческие, коммуникативные, когнитивные, эмоциональные. «Сдерживающие» факторы (ресурсы решения проблемы). 4.Определение степени суицидального риска. 5. Психология переживания людей, перенесших самоубийство близкого человека. 6.Консультирование суицидальных клиентов. |

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание |
|-----|--|---|
| | | <p>7. Основные принципы работы по предотвращению суицида.</p> <p>8. Программа профилактики суицидального поведения, ее основные этапы и их характеристика.</p> <p>9. Профессиональная позиция при работе с суицидальным клиентом.</p> |
| 6. | <i>Содержание лекционного курса</i> | |
| | Переживание утраты | Целью раздела является изучение основных понятий синдрома утраты, особенностей переживания, оказания помощи людям с синдромом утраты.. |
| 6.1 | Переживание утраты | <p>Синдром утраты. Определения понятия горя, феноменология, динамика, модели горя: психодинамическая, горе как болезнь, горе как утрата привязанности (татчмент), горе как утрата личной свободы, когнитивная, стрессовая, социобиологическая. Острое горе как синдром с психологической и соматической симптоматикой. Стадии развития синдрома острого горя. Возрастные особенности переживания горя. Формы осложненного синдрома потери (хроническое горе, преувеличенное горе, маскированное горе, неожиданное, отставленное, отсутствующее горе). Потеря близкого человека, семейные кризисы и развод как утрата семьи. Уровни работы с горем. Основные принципы психологической работы при остром горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Особенности консультирования клиента, пережившего утрату.</p> |
| | <i>Темы практических/семинарских занятий</i> | |
| 6.1 | Переживание утраты | <p>Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Синдром утраты. Определения понятия горя, феноменология, динамика, модели горя: психодинамическая, горе как болезнь, горе как утрата привязанности (татчмент), горе как утрата личной свободы, когнитивная, стрессовая, социобиологическая. 2. Острое горе как синдром с психологической и соматической симптоматикой. 3. Стадии развития синдрома острого горя. 4. Возрастные особенности переживания горя. Формы осложненного синдрома потери (хроническое горе, преувеличенное горе, маскированное горе, неожиданное, отставленное, отсутствующее горе). 5. Потеря близкого человека, семейные кризисы и развод как утрата семьи. 6. Основные принципы психологической работы при остром горе. |

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание |
|------|---|--|
| | | 7. Особенности консультирования клиента, пережившего утрату. |
| 6.2. | Переживание утраты в ситуации ЧС | |
| | | <p style="text-align: center;">Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Дайте характеристику динамики психических реакций жертв, пострадавших в ЧС? 2. В какой период времени и как проявляются следующие состояния у пострадавших: <ul style="list-style-type: none"> - «стадия витальных реакций»; - стадия острого эмоционального шока с явлениями сверхмобилизации; - стадия психофизиологической мобилизации; - стадия разрешения; - стадия восстановления. 3. Каковы принципы помощи горюющему? 4. Особенности поведения детей, переживших утрату родителя. 5. Патологические реакции детей, переживших утрату. 6. Расскажите об условиях, способствующих проживанию горя у детей. 7. Какова роль приобретений и потерь в нашей жизни? Как происходит переживание приобретений и потерь |
| 7 | <i>Содержание лекционного курса</i> | |
| | Преодоление личностью кризисных ситуаций: регуляция и саморегуляция поведения | Целью раздела является формирование представлений о возможностях личности в преодолении кризисных ситуаций, формировании навыков саморегуляции. |
| 7.1 | Преодоление личностью кризисных ситуаций: регуляция и саморегуляция поведения | Проблема регуляции поведения в работах Л.С. Выготского. Образования в структуре личности, позволяющие регулировать ее деятельность: представление о другом человеке (А.А. Бодалев), иерархическая структура диспозиций личности (В.Я. Ядов), устойчивость и направленность личности (Б.Ф. Ломов, Л.И. Божович, В.Э. Чудновский), личностные смыслы (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, Б.Г. Ананьев, С.Л. Рубинштейн, Ф.Б. Бассин, Б.В. Зейгарник, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк), отношение (В.Н. Мясищев). Развитие проблемы регуляции в рамках зарубежных психологических школ. Уровни регуляции по П. Жане. Психоаналитическое представление о регуляции (З. Фрейд, А. |

| № | Наименование раздела дисциплины | Содержание |
|-----|--|---|
| | | <p>Адлер). Гуманистическая психология и идея о личности как механизме регуляции поведения (Г. Олпорт, К. Роджерс). Регуляция человеком своих действий в теории поля К. Левина.</p> <p>Преодоление последствий кризисной ситуации в контексте изучения проблемы саморегуляции активности субъекта. Психологическая саморегуляция как высший уровень регуляции поведенческой активности биологических систем (П.К. Анохин, К.А. Абульханова-Славская, Ж. Пиаже, Д. Ковач, О.А. Конопкин, С.Л. Рубинштейн, И.М. Сеченов и др.). Представления об активной природе саморегуляции, ее преимущество перед регуляцией (К.А. Абульханова-Славская, Н.А. Бернштейн, О.А. Конопкин, А.Н. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, Г.С. Никифоров, С.Л. Рубинштейн, Л.П. Гримак, В.А. Пономаренко). Структурно-функциональный подход к анализу психической саморегуляции произвольной активности (О.А. Конопкин). Человек как система саморегуляции. Уровни саморегуляции: информационно-энергетический, эмоционально-волевой, мотивационный. Саморегуляция как одна из составляющих деятельности по сознательной перестройке смысловой сферы личности (Б.В. Зейгарник, Е.С. Мазур). Рефлексия, смыслообразование и смысловое связывание.</p> |
| | <i>Темы практических/семинарских занятий</i> | |
| 7.1 | Основы психической саморегуляции | <p>Вопросы:</p> <p>Психические состояния и их регуляция.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Контроль дыхания. 2. Расслабление мышц. 3. Самовнушение, самоубеждение. 4. Методика визуализации. 5. Самомассаж биологически активных точек. 6. Аутогенная тренировка. |

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

Методические материалы в виде электронных ресурсов находятся в открытом доступе в методическом кабинете социально-психологического института ауд. 8202.

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттеста-

ции обучающихся по дисциплине (модулю)

6.1 Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине (модулю)

| № п/п | Контролируемые разделы (темы) дисциплины (результаты по разделам) | Код контролируемой компетенции (или её части) / и ее формулировка – по желанию | наименование оценочного средства |
|-------|---|---|--|
| 1. | Понятие кризисной ситуации. | ПСК-1.5 Знать историю развития психологии экстремальных и стрессовых ситуаций; теоретико-методологические основы психологии экстремальных и кризисных ситуаций | Экзамен Доклад Практическое задание №1 |
| 2. | Психические состояния человека в кризисных ситуациях. | ПСК-1.5 Знать историю развития психологии экстремальных и стрессовых ситуаций; теоретико-методологические основы психологии экстремальных и кризисных ситуаций | Практическое задание №2 Экзамен |
| 3 | Посттравматическое стрессовое расстройство. | ПСК-1.12 Знать общие закономерности развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных и стрессовых ситуациях | практическое задание анализ видеофильма №1 |
| 4 | Шоковая травма | ПСК-1.12 Знать общие закономерности развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных и стрессовых ситуациях | Экзамен Доклад Практическое задание №4 |
| 5 | Суицидальное поведение | ПСК-1.12 Знать общие закономерности развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных и стрессовых ситуациях | Экзамен Доклад |
| 6. | Переживание утраты | ПСК-1.12 Знать общие закономерности развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных и стрессовых ситуациях | Экзамен Практическое задание №5 |

| | | | |
|----|--|--|---|
| 7. | Психические состояния и способы саморегуляции. | ПСК-1.12 Знать общие закономерности развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных и стрессовых ситуациях | Экзамен Выполнение практических упражнений №7,8,9, 10,11. |
|----|--|--|---|

6.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

6.2.1. Экзамен

А. Типовые вопросы.

1. Понятие ситуации в психологии (подходы в разных психологических школах, современное понимание)
2. Понятие экстремальной ситуации, типы экстремальных ситуаций
3. Классификация экстремальных условий
4. Понятие чрезвычайной ситуации
5. Классификация факторов, влияющих на человека в экстремальных ситуациях
6. Социальная (групповая) динамика в экстремальной ситуации
7. Основные закономерности адаптации человека к экстремальным ситуациям
8. Стресс как общий адаптационный синдром: понятие, фазы (Г.Селье)
9. Субсиндромы стресса по Л.А. Китаеву-Смыку
10. Динамика состояния во время и после экстремальных ситуаций (в т.ч. классификация М.М. Решетникова)
11. Индивидуальные различия в протекании стресса
12. Психологические последствия экстремальных ситуаций (адаптивные реакции, острые аффективные реакции, предневротические, невротические реакции)
13. Характеристика адекватной формы реакции на экстремальную ситуацию
14. ПТСР: понятие, факторы риска, индивидуальные особенности протекания
15. Психические проявления ПТСР
16. Этапы развития ПТСР
17. Личностно-средовой подход к объяснению ПТСР Д.

Вильсона

18. Психологическая характеристика толпы, виды толпы
19. Явление психического заражения в толпе, «превращаемость» толпы
20. Паника: понятие, факторы возникновения
21. Паника: этапы развития
22. Синдром эмоционального выгорания: понятие, основные проявления
23. Синдром эмоционального выгорания: стадии протекания
24. Основные подходы к определению психологической устойчивости
25. Современное понимание психологической устойчивости
26. Психодиагностика при экстремальных ситуациях и состояниях

Б. Критерии оценивания:

1. Глубина и содержательность знаний, полнота ответа, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные.
2. Владение научной терминологией.
3. Структурированность ответа.
4. Логичность и убедительность ответа.
5. Умение иллюстрировать ответ примерами, в том числе, из собственной практики.
6. Умение аргументировано вести диалог и научную дискуссию.

В) Шкала оценки.

Ответ оценивается баллами от 0 до 4. Коэффициент для балльно-рейтинговой системы 10 (полученная студентом оценка умножается на 10).

| Уровень выполнения | Баллы |
|--|-------|
| Полное соответствие всем критериям оценивания при ответе на оба вопроса билета | 4 |
| Полное соответствие всем критериям оценивания при ответе на один из вопросов билета и частичное соответствие при ответе на другой вопрос | 3 |
| Частичное соответствие критериям при ответе на оба вопроса билета либо полное соответствие всем критериям оценивания при ответе на один из вопросов билета и несоответствие при ответе на другой вопрос | 2 |
| Частичное соответствие критериям оценивания при ответе на один из вопросов билета и несоответствие при ответе на другой вопрос | 1 |
| Несоответствие критериям оценивания при ответе на оба вопроса билета | 0 |

6.2.2 Доклад

А) Содержание задания

Цель: оценить умение осуществлять сбор и систематизацию научной информации по проблематике экстремальной психологии, навыки в составлении обзоров, аннотаций, рефератов и библиографии.

Для докладов рекомендуется использовать вопросы для семинарских занятий. Тема доклада должна быть согласована с преподавателем. Предпочтение отдается докладам, в которых ставятся проблемные вопросы, касающиеся экстремальной психологии, предлагаются решения этих вопросов.

Б) Критерии оценивания.

В докладах оценивается: проблемная ориентированность темы и содержания доклада, постановка вопросов, собственные рассуждения на основании анализа, степень соответствия теме, полнота изложения, наличие анализа, использование нескольких источников

В) Шкала оценки.

Работа оценивается баллами от 1 до 5. Коэффициент для балльно-рейтинговой системы 4 (полученная студентом оценка умножается на 4).

| Уровень выполнения | Баллы |
|--|-------|
| Полное соответствие всем критериям оценивания: проблемная ориентированность темы и содержания доклада, постановка вопросов, собственные рассуждения на основании анализа, степень соответствия теме, полнота изложения, наличие анализа, использование нескольких источников. | 5 |
| Частичное соответствие критериям оценивания: проблемная ориентированность темы и содержания доклада, постановка вопросов, собственные рассуждения на основании анализа, степень соответствия теме, полнота изложения, наличие анализа, использование нескольких источников. | 3-4 |
| Содержание доклада не соответствует требованиям, имеются существенные ошибки по содержанию, студент затрудняется ответить на дополнительные вопросы, использован только один литературный источник; многочисленные стилистические ошибки, нет взаимодействия с аудиторией, доклад сложно воспринимается. | 1-2 |

6.2.3. Анализ художественного фильма

В процессе выполнения задания студент должен на примере ситуации из кинофильма продемонстрировать владение методами анализа и выявления специфики функционирования и развития психики, позволяющими учитывать влияние экстремальных факторов в чрезвычайных ситуациях.

Б. Критерии и шкала оценивания.

Критерии оценивания

Примерные критерии оценивания:

- содержание выделенных категорий сравнения (степень соответствия категорий теме, полнота выделенных категорий, обоснованность и т.д.);
- использование научных терминов и понятий;
- обоснованность выводов (сделанные выводы подтверждаются цитатами из фильма, ссылками на научные теории и подходы)

Работа оценивается баллами от 1 до 5. Коэффициент для балльно-рейтинговой системы 4 (полученная студентом оценка умножается на 4).

| Уровень выполнения | Баллы |
|--|-------|
| Полное соответствие всем критериям оценивания | 5 |
| Частичное соответствие критериям оценивания | 2-4 |
| Работа выполнена с существенными ошибками и недочетами | 1 |

6.2.4. Психологическая диагностика устойчивости к экстремальным ситуациям

А) Содержание задания.

Студенту необходимо:

1. Спланировать, подготовить и провести процедуру психологической диагностики выбранного им испытуемого с использованием методик, позволяющих прогнозировать психологическую устойчивость человека к экстремальным ситуациям
2. Обработать данные, рассчитать значения шкал по методикам.
3. На основании анализа результатов написать психологическое заключение по результатам диагностики.

Б) Критерии оценивания.

Оцениванию подлежит:

1. Правильность обработки данных.
2. Глубина и содержательность подготовленного заключения, его соответствие полученным результатам.
3. Соответствие заключений требованиям, предъявляемым к написанию заключений по результатам психологической диагностики.

В) Шкала оценки.

Работа оценивается баллами от 1 до 5. Коэффициент для балльно-рейтинговой системы 4 (полученная студентом оценка умножается на 4).

| Уровень выполнения | Баллы |
|--|-------|
| Полное соответствие всем критериям оценивания | 5 |
| Частичное соответствие критериям оценивания | 2-4 |
| Работа выполнена с существенными ошибками и недочетами | 1 |

6.3. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций

Оценивание знаний, умений, навыков, характеризующие этапы формирования компетенций по дисциплине проводится в соответствии с балльно-рейтинговой системой.

Согласно балльно-рейтинговой системе, оцениванию происходит как в течение учебного процесса по дисциплине (текущий контроль), так и по его окончанию (рубежный контроль). Текущий контроль проводится по нескольким видам учебной деятельности, по каждому из которых предусмотрена определенная форма контроля или вид задания. За прохождение каждой формы контроля или выполнение задания студент набирает баллы, сумма которых по всем видам деятельности представляет собой так называемый **текущий балл**. Минимальное значение текущего балла, необходимое для допуска студента к экзамену по дисциплине - 11 баллов. Максимальное значение текущего балла, которое студент может достичь при отличном прохождении контроля по всем видам деятельности – 60 баллов. При достижении студентом текущего балла 51 и более преподаватель имеет право, по желанию студента, не проводить рубежный контроль и выставить оценку по дисциплине на основании текущего контроля.

Рубежный контроль по дисциплине проводится в форме экзамена. Экзамен проходит в виде устного опроса по билетам, на подготовку отводится 30 мин. По результатам рубежного контроля студенту выставляется балльная оценка, которая представляет собой **рубежный балл**. Максимальное значение рубежного балла – 40 баллов.

Учебный рейтинг студента по дисциплине представляет собой сумму текущего и рубежного балла. Минимальное значение учебного рейтинга, необходимое для аттестации – 51 балл. Максимальное значение рейтинга – 100 баллов.

Соответствие суммы баллов и итоговой оценки по дисциплине:

| Сумма баллов | Оценка | Буквенный эквивалент |
|--------------|--------|----------------------|
| 86-100 | 5 | Отлично |
| 66-85 | 4 | Хорошо |
| 51-65 | 3 | Удовлетворительно |
| 0-50 | 2 | Неудовлетворительно |

Балльная система оценки для дисциплины «Психодиагностика»

| Виды деятельности и формы оценивания | Макс. балл | Кол-во | Вес | Общий балл |
|--------------------------------------|------------|--------|-----|------------|
| Доклад | 5 | 1 | 4 | 20 |

| | | | | |
|----------------------|---|---|----|------------|
| Анализ худож. фильма | 5 | 1 | 4 | 20 |
| Психодиагностика | 5 | 1 | 4 | 20 |
| Экзамен | 4 | 1 | 10 | 40 |
| ИТОГО | | | | 100 |

7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

а) основная учебная литература:

1. Психология экстремальных ситуаций [Текст] / под ред.: В. В. Рубцова, С. Б. Малых. - М. : Психологический ин-т РАО, 2008. - 304 с.
2. Психология экстремальных ситуаций [Текст] : учеб. пособие / [Т. Н. Гуренкова и др.]; под общ. ред. Ю. С. Шойгу. - М. : Академия : Смысл, 2009. - 319 с.
3. Караяни, Александр Григорьевич. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях [Текст] : учеб. пособие / А. Г. Караяни, В. Л. Цветков. - М. : ЮНИТИ : Закон и право, 2011. - 247 с.
4. Психология деятельности в экстремальных условиях [Текст] : учеб. пособие / под ред. А. Н. Блеера. - М. : Академия, 2008. - 254 с.

б) дополнительная учебная литература:

1. Гаврилина, Людмила Константиновна. Кризисы взрослой жизни. Моменты роста / Л. К. Гаврилина, В. М. Бызова. - СПб. : Речь, 2010. - 220 с.
2. Одинцова М.А. Многоликость жертвы или Немного о Великой Манипуляции (система работы, диагностика, тренинги): уч. пособие. Издательство: "Флинта". - 256 с.
3. Психология экстремальных ситуаций / под ред.: В. В. Рубцова, С. Б. Малых. - М. : Психологический ин-т РАО, 2008. - 304 с.
4. Психология экстремальных ситуаций: учеб. пособие / [Т. Н. Гуренкова и др.]; под общ. ред. Ю. С. Шойгу. - М. : Академия : Смысл, 2009. - 319 с.
5. Погодин, И.А. Суицидальное поведение: психологические аспекты : учебное пособие / И.А. Погодин. - 2-е изд., стереотип. - М. : Флинта, 2011. - 333 с.
6. Щербатых, Юрий Викторович. Психология стресса и методы коррекции: учебное пособие / Ю. В. Щербатых. - 2-е изд., перераб. и доп. - Санкт-Петербург : Питер, 2012. - 256 с.
7. Чувин Б.Т. Человек в экстремальной ситуации / Чувин Б.Т. - изд-во "Владос", 2012. - 351с.
8. Полякова О.Н. Стресс. Причины, последствия, преодоление. – СПб.: Речь, 2008.-142с.

8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дис-

циплины (модуля)

1. Сборник электронных курсов по психологии: <http://www.ido.edu.ru/psychology>. (дата обращения: 15.01.2014).
2. Электронная библиотека портала Auditorium.ru: <http://www.auditorium.ru>. (дата обращения: 15.01.2014).
3. Платформа ЭБС издательства «Лань» <http://e.lanbook.com/books> (дата обращения: 15.01.2014).

9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

9.1. Общие рекомендации по самостоятельной работе студентов

Самостоятельная работа студентов по дисциплине предполагает более глубокую проработку ими отдельных тем курса, определенных программой. Основными видами и формами самостоятельной работы студентов по данной дисциплине являются:

- подготовка сообщений и докладов к семинарским занятиям;
- выполнение практических заданий;
- самоподготовка по вопросам;
- подготовка к экзамену.

Важной частью самостоятельной работы является чтение учебной литературы. Основная функция учебников - ориентировать студента в системе тех знаний, умений и навыков, которые должны быть усвоены по данной дисциплине будущими специалистами. Учебник также служит путеводителем по многочисленным произведениям, ориентируя в именах авторов, специализирующихся на определённых научных направлениях, в названиях их основных трудов. Вторая функция учебника в том, что он очерчивает некий круг обязательных знаний по предмету, не претендуя на глубокое их раскрытие.

Чтение рекомендованной литературы - это та главная часть системы самостоятельной учебы студента, которая обеспечивает подлинное усвоение науки. Читать эту литературу нужно по принципу: «идея, теория, метод в одной, в другой и т.д. книгах». Во всех случаях рекомендуется рассмотрение теоретических вопросов не менее чем по трем источникам. Изучение проблемы по разным источникам - залог глубокого усвоения науки. Именно этот блок, наряду с выполнением практических заданий является ведущим в структуре самостоятельной работы студентов. В процессе самостоятельной работы студент может пользоваться электронным материалом по курсу, находящимся в методическом кабинете СПФ ауд. 8604, лаборатории психосоциальных технологий ауд. 8302 на кафедре социальной психологии и психосоциальных технологий ауд. 8503.

В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость лекций, оценивается активность студентов на семинарских занятиях, а также

качество и своевременность подготовки теоретических материалов, творческих заданий и презентаций рефератов. По окончании изучения дисциплины проводится индивидуальный зачёт по предложенным вопросам.

Вопросы, выносимые на экзамен, должны служить постоянными ориентирами при организации самостоятельной работы студента. Таким образом, усвоение учебного предмета в процессе самостоятельного изучения учебной и научной литературы является и подготовкой к зачету, а сам зачет становится формой проверки качества всего процесса самостоятельной учебной деятельности студента

Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенному вопросу, считается успешно освоившим учебный курс. В случае большого количества затруднений при раскрытии предложенного вопроса студенту предлагается повторная подготовка и передача.

Для успешного овладения курсом необходимо выполнять следующие требования:

- 1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения;
- 2) все рассматриваемые на семинарских занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;
- 3) обязательно выполнять все домашние задания;
- 4) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому студенту;
- 5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

9.2 Методические рекомендации по освоению лекционного материала, подготовке к лекциям

На лекциях преподаватель рассматривает вопросы программы курса, составленной в соответствии с государственным образовательным стандартом. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся 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. Во время самостоятельной проработки лекци-

онного материала особое внимание следует уделять возникшим вопросам, непонятным терминам, спорным точкам зрения. Все такие моменты следует выделить или выписать отдельно для дальнейшего обсуждения на семинарском занятии. В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Полный список литературы по дисциплине приведен в рабочей программе курса.

В целом, на один час аудиторных занятий отводится один час самостоятельной работы.

9.3. Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Основной целью данного предмета является расширение научного кругозора и формирование практических навыков необходимых специалисту – психологу, работающему в области социальной психологии. Отсюда следует, что при подготовке студентов к практическим занятиям по курсу нужно не только знакомить студентов с новейшими теориями и методами и в психологии, но и стремиться отрабатывать на практике полученные навыки. Подготовка студентов должна быть ориентирована на глубокое освоение методологии социальной психологии; формирование навыков практической работы психолога в целом и организации психологического исследования; формирование умения анализировать возникшую проблему, ставить на её основе исследовательские задачи и подбирать адекватный инструментарий для их решения; формирование стремления к постоянному самосовершенствованию, расширению палитры своего методического инструментария.

Практическое занятие – это активная форма учебного процесса в вузе, направленная на умение студентов переработать учебный текст, обобщить материал, развить критичность мышления, отработать практические навыки.

Практические занятия предназначены для усвоения материала через систему основных понятий психологической науки. Они включают обсуждение отдельных вопросов, разбор трудных понятий и их сравнение в разных научных школах, решение различных психологических задач. Успешная организация времени по усвоению данной дисциплины во многом зависит от наличия у студента умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий. Объём заданий рассчитан максимально на 1-2 часа в неделю. При этом *алгоритм подготовки будет следующим:*

- 1 этап – поиск в литературе теоретической информации на предложенные преподавателем вопросы;
- 2 этап – осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;
- 3 этап – составление плана ответа на каждый вопрос (конспект по теоретическим вопросам к семинарскому занятию, не менее трех источников по каждому вопросу в конспекте должна быть ссылка на источник);

10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

В процессе лекционных и семинарских занятий используется следующее программное обеспечение:

- программы, обеспечивающие доступ в сеть Интернет (например, «Google chrome»);
- программы, демонстрации видео материалов (например, проигрыватель « Windows Media Player»);
- программы для демонстрации и создания презентаций (например, «Microsoft PowerPoint»);

11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Для обеспечения традиционных и активных форм проведения занятий по дисциплине «Этнопсихология» требуются мультимедийные аудитории и следующее техническое обеспечение:

- видеопроектор + ПК;
- маркерная доска.

12. Иные сведения и (или) материалы

12.1. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Реализация дисциплины, текущий контроль и промежуточная аттестация для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов осуществляются с учетом индивидуальных психофизических особенностей и в соответствии с индивидуальной программой реабилитации.

В процессе обучения предусматриваются различные формы предоставления необходимой учебной и учебно-методической информации (визуально, в том числе с укрупненным шрифтом, аудиально и т. п.), допускаются использование студентом технических средств фиксации информации (аудио- и фото- или видеотехника) и присутствие на аудиторных занятиях ассистента (помощника, сопровождающего, сурдо- или тифлосурдопереводчика и т. п.), осуществляющего техническое сопровождение учебного процесса для студента. Допускается частично дистанционное обучение с предоставлением необходимой учебной и учебно-методической информации средствами телекоммуникационной сети «Интернет».

Предусматриваются различные формы текущего контроля качества освоения дисциплины, достижения запланированных результатов обучения

и уровня сформированности заявленных в ООП компетенций: устно, в том числе практические задания и контрольные работы с пояснением хода выполнения; письменно, в том числе конспекты ответов на вопросы практических занятий по разделам дисциплины; устно дистанционно; письменно дистанционно. Во всех формах текущего контроля используются общие критерии оценивания.

Процедура промежуточной аттестации проводится с учетом психофизических особенностей и состояния здоровья студента: допускается присутствие ассистента, осуществляющего техническое сопровождение процедуры; используются адаптированные оценочные средства; допускаются различные формы ответа (устно, письменно, с использованием необходимых технических средств и т. п.); допускается дистанционная форма проведения зачета или экзамена (например, с использованием программы Skype в предварительно согласованное время); при необходимости предоставляется дополнительное время для подготовки к ответу. Независимо от формы организации процедуры промежуточной аттестации используются общие критерии оценивания.

Составитель: к. психол.н., доцент каф СПиПТ Гущина Е.Н., к. психол.н., доцент каф СПиПТ Иванов М.С.

Рабочая программа разработана на основе «Макета рабочей программы дисциплины» одобренного научно-методическим советом (протокол № 8 от 09.04.2014 г.).