

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего профессионального образования
«Кемеровский государственный университет»

Социально-психологический факультет

Рабочая программа дисциплины

СЗ.Б.2 Психология экстремальных ситуаций и состояний

Направление / специальность подготовки
37.05.01 / 030401.65 Клиническая психология

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

Квалификация (степень) выпускника
Специалист

Форма обучения
очная

Кемерово 2014

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

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
ПК-9	консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности	<p>Знать: основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>

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 3 курсе в 6 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)	108
Аудиторная работа (всего*):	80
в т. числе:	
Лекции	32
Семинары, практические занятия	48
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 трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)	Формы текущего контроля успеваемости

		аудиторные учебные занятия	Самостоятельная работа обучающихся			
			всего	лекции		семинары, практические занятия
	Тема 1. Психология кризисной ситуации	13	4	6	3	Опрос, тест, сообщения.
	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, практические 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, практические упражнения
	Тема 8. Активизация резервных возможностей личности	12	4	6	2	Опрос, практические упражнения
	Экзамен	36				
	Всего по курсу	144	32	48	28	

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

№	Наименование раздела дисциплины	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. 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

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
		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.	<p>Вопросы</p> <ol style="list-style-type: none"> 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.	<p>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.</p>
<i>Темы практических/семинарских занятий</i>		
2.1	Характеристика основных психических состояний человека в кризисных условиях.	<p>Вопросы: 1. Расскажите о стрессе как неспецифической 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>

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
		5. Какие механизмы регуляции психических состояний вы знаете? 6. Что такое интрапсихический конфликт? 7. Какие способы избегания чрезмерного эмоционального напряжения вы знаете?
2.2	Характеристика основных психических состояний человека в кризисных условиях.	1. Определение состояний, их классификация. 2. Теория стресса: определение, феноменология. Теория стресса Г. Селье. Стадии стрессовой реакции организма. Напряженность, тревожность и роль стрессовых механизмов в их проявлении. 3. Стресс и общий адаптационный синдром. Понятие психической адаптации, гомеостаза, компенсации функциональных резервов. 4. Факторы, способствующие эффективной адаптации и влияющие на стрессоустойчивость. 5. Факторы дезадаптации. Стратегии психической адаптации. 6. Последствия стресса. 7. Травматический стресс. 8. Психологический стресс и психосоматические заболевания.
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	Вопросы: 1. Определение посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). 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.

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
4	<i>Содержание лекционного курса</i>	
4.	Шоковая травма	Целью раздела является формирование представления о механизме формирования шоковой травмы.
4.1	Шоковая травма	<p>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.</p>
	<i>Темы практических/семинарских занятий</i>	
4.1	Шоковая травма	<p>Вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> 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 возбуждении; нервной дрожи. <p>Назовите основные приемы самопомощи пострадавшим при ЧС.</p>
5	<i>Содержание лекционного курса</i>	
	Суицидальное поведение	Целью раздела является изучение основных поня-

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
		тий, 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. 7. Основные принципы работы по предотвращению суицида. 8. Программа профилактики суицидального поведения, ее основные этапы и их характеристика. 9. Профессиональная позиция при работе с суицидальным клиентом.

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
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	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.
	<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. 7. Особенности консультирования клиента, пережившего утрату.
6.2.	Переживание утраты в ситуации ЧС	
		Вопросы:

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
		<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	<p>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. 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</p>

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
		<p>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: 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 факультета ауд. 8604.

6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

(Перечень компетенций с указанием этапов их формирования; описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания; типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетен-

ций в процессе освоения образовательной программы; методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций)

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.	<p>ПК-9 консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p> <p>Знать: основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	<p>Экзамен</p> <p>Доклады</p> <p>Практическое задание №1</p>
2.	Психические состояния человека в кризисных ситуациях.	<p>ПК-9 консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p> <p>Знать: основные психотерапевтические</p>	

		<p>теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	<p>Практическое задание №2</p> <p>Экзамен</p>
3	Посттравматическое стрессовое расстройство.	<p>ПК-9 консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p> <p>Знать: основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	<p>практическое задание анализ видеофильма №1</p>
4	Шоковая травма	<p>ПК-9 консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	

		<p>Знать: основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	<p>Экзамен</p> <p>Доклад</p> <p>Практическое задание №4</p>
5	Суицидальное поведение	<p>ПК-9 консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p> <p>Знать: основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	<p>Экзамен</p> <p>Доклад</p>
6.	Переживание утраты	<p>ПК-9 консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клини-</p>	

		<p>ко-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p> <p>Знать: основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	<p>Экзамен</p> <p>Практическое задание №5</p>
7.	Психические состояния и способы саморегуляции.	<p>ПК-9</p> <p>консультативная и психотерапевтическая деятельность (психологическое вмешательство): владение необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p> <p>Знать: основные психотерапевтические теории с этическими и методическими основами их практической реализации;</p> <p>Уметь: использовать методы психологического консультирования, психопрофилактики, реабилитации и психотерапии в работе с индивидами, группами, учреждениями, представителями различных субкультур;</p> <p>Владеть: необходимыми знаниями об основных направлениях клинико-психологических вмешательств (психотерапии и психологического консультирования) и их теоретической обоснованности.</p>	<p>Экзамен</p> <p>Выполнение практических упражнений №7,8,9, 10,11.</p>

--	--	--	--

6.2 Типовые контрольные задания или иные материалы

6.2.1. Экзамен

А. Типовые вопросы.

1. Экстремальная ситуация: понятие, классификации, типы.
2. Влияние экстремальной ситуации на жизнедеятельность личности. Особенности экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях.
3. Психические состояния в экстремальных условиях, их классификация.
4. Стресс: определение, феноменология.
5. Понятие психической адаптации, гомеостаза, компенсации функциональных резервов.
6. Последствия стресса. Травматический стресс.
7. Проблема регуляции поведения.
8. Регуляторы поведения человека.
9. Психоаналитическое представление о регуляции (З. Фрейд, А. Адлер).
10. Гуманистическая психология и идея о личности как механизме регуляции поведения (Г. Олпорт, К. Роджерс).
11. Регуляция человеком своих действий в теории поля К. Левина.
12. Психическая саморегуляция активности личности. Человек как система саморегуляции.
13. Уровни саморегуляции.
14. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, диагностические критерии.
15. Типы, динамика посттравматического стрессового расстройства.
16. Теории возникновения ПТСР.
17. Общие подходы к психотерапии ПТСР, методы работы.
18. Диагностика шоковой травмы.
19. Основные принципы и схема работы с шоковой травмой.
20. Теоретические концепции суицида.
21. Распознавание суицидальной опасности, факторы и индикаторы суицидального риска.
22. Определение степени суицидального риска.
23. Консультирование суицидальных клиентов.
24. Определения понятия горя: феноменология, динамика, модели горя. Типичные симптомы переживания горя.
25. Формы осложненного синдрома потери.
26. Особенности психологической помощи людям, переживающим утрату.
27. Способы и приемы психической саморегуляции.

Б. Критерии и шкала оценивания.

Устный ответ на экзамене позволяет оценить степень форсированности знаний по различным компетенциям. Ответ оценивается по 4 балльной системе.

Отметка «3» ставится, если:

- знания отличаются глубиной и содержательностью, дается полный исчерпывающий ответ, как на основные вопросы билета, так и на дополнительные;
- студент свободно владеет научной терминологией;
- ответ студента структурирован, содержит анализ существующих теорий, научных школ, направлений и их авторов по вопросу билета;
- логично и доказательно раскрывает проблему, предложенную в билете;
- ответ характеризуется глубиной, полнотой и не содержит фактических ошибок;
- ответ иллюстрируется примерами, в том числе из собственной практики;
- студент демонстрирует умение аргументировано вести диалог и научную дискуссию.

Отметка «2» ставится, если:

- знания имеют достаточный содержательный уровень, однако отличаются слабой структурированностью; содержание билета раскрывается, но имеются неточности при ответе на дополнительные вопросы
- имеющиеся в ответе несущественные фактические ошибки, студент способен исправить самостоятельно, благодаря наводящему вопросу;
- недостаточно раскрыта проблема по одному из вопросов билета;
- недостаточно логично изложен вопрос;
- студент не может назвать авторов той или иной теории по вопросу билета;
- ответ прозвучал недостаточно уверенно;
- студент не смог продемонстрировать способность к интеграции теоретических знаний и практики.

Отметка «1» ставится, если:

- содержание билета раскрыто слабо, знания имеют фрагментарный характер, отличаются поверхностностью и малой содержательностью, имеются неточности при ответе на основные вопросы билета;
- программные материалы в основном излагаются, но допущены фактические ошибки;
- студент не может обосновать закономерности и принципы, объяснить факты;
- студент не может привести пример для иллюстрации теоретиче-

- ского положения;
- у студента отсутствует понимание излагаемого материала, материал слабо структурирован;
- у студента отсутствуют представления о межпредметных связях.

Отметка «0» ставится, если:

- обнаружено незнание или непонимание студентом сущностной части социальной психологии;
- содержание вопросов билета не раскрыто, допускаются существенные фактические ошибки, которые студент не может исправить самостоятельно;
- на большую часть дополнительных вопросов по содержанию экзамена студент затрудняется дать ответ или не дает верных ответов.

6.2.2. Доклад.

Б. Критерии и шкала оценивания.

Критерии оценивания. Информация в докладе должна быть подобрана и изложена таким образом, что бы студент мог продемонстрировать (а преподаватель оценить) *умение* анализировать и сопоставлять психологические теории, описывающие влияние на функционирование и развитие психики личностных, возрастных и социальных факторов с реальной ситуацией, возникающей в процессе профессиональной деятельности. Описывая психологические особенности участников правовых отношений, студент должен быть готов объяснить (с использованием различных психологических теорий) причины и последствия проявления различных явлений психики и описать как эти особенности могут быть учтены психологом.

Оценка за доклад складывается из оценки преподавателя и оценки аудитории (групповой оценки). На первом занятии студенты формулируют критерии оценки докладов. После каждого выступления несколько человек на основании этих критериев делают качественную оценку доклада. Далее преподаватель, исходя из собственной оценки и оценки слушателей, ставит итоговую отметку.

Примерные критерии оценивания:

- содержание (степень соответствия теме, полнота изложения, наличие анализа, использование нескольких источников и т.д.);
- качество изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т.д.);
- наглядность (использование технических средств, материалов сети Интернет)
- использование примеров и частных ситуаций для анализа;

Выполнение доклада оценивается по системе «зачтено/незачтено».

Отметка «не зачтено» ставится если:

- выбранная тема раскрыта поверхностно, большая часть предлагаемых элементов плана доклада отсутствует;

- качество изложения низкое;
- наглядные материалы отсутствуют.

6.2.3. Практические задания

А. Содержание задания.

Практическое задание №1:

Пользуясь словарем и библиографией, определите схожее и различное в терминах:

- экстремальная ситуация,
- критическая;
- чрезвычайная;
- экстренная;
- кризисная;
- трудная жизненная ситуация.

Сформулируйте свое определение термина «экстремальная ситуация».

Практическое задание №2

1. Выскажите свое отношение к приведенным ниже определениям:

Экстремальная ситуация:

- 1) ситуация, в которой максимально актуализируется потребность в безопасности и максимально блокируется возможность ее удовлетворить;
- 2) внезапно возникшее исключительное событие, в результате которого создается мнимая или явная угроза жизни и здоровью человека, группы лиц или общества в целом, при котором источником угрозы является другой человек (группа людей).

Практическое задание №3

На основании вышеперечисленных критериев когнитивного оценивания ТЖС разработайте систему вопросов для анкеты или беседы с клиентом.

Например: Насколько данная (описываемая, происшедшая) ситуация значима для Вас? Оцените ее по 10-бальной «шкале значимости». Насколько она является стрессогенной для Вас? Прогнозируема она? И как точно Вы можете ее спрогнозировать (по 10-бальной шкале)? Контролируете ли Вы ситуацию, или насколько она поддается Вашему контролю, и т. п. Критерий, связанный с «потерями», важно дополнить критерием «приобретения», т. е.

ответить на два вопроса: Что я теряю при этом, и что я приобретаю? Эту работу можно проделать, разделив лист бумаги на две части. На одной половине перечислить все потери, на другой - все приобретения, их должно быть не менее десяти.

Оценивание собственных возможностей (физических, психологических,

интеллектуальных, моральных, временных) и опыта преодоления ТЖС приводит к осознанию человеком своих ресурсов и способностей к конструктивному разрешению создавшейся трудной ситуации.

Практическое задание №4

На основе изученного материала:

- а) сопоставьте и проанализируйте термины:
 - адаптация (личностный адаптационный потенциал);
 - сопротивляемость;
 - устойчивость (стрессоустойчивость);
 - жизнестойкость;
- б) определите ресурсы сопротивляемости (устойчивости) личности, рассматриваемые в различных исследовательских подходах;
- в) выделите возрастные особенности содержания ресурсов сопротивляемости.

Практическое задание №5

Вспомните два случая из своей жизни: один — когда стресс вам помогал в вашей жизненной ситуации, второй — когда состояние стресса негативно сказывалось на данной ситуации. В первом случае рассмотрите, в чем состояло положительное влияние стресса, а во втором — на чем именно стресс сказывался отрицательно. В чем для вас состояла разница в переживании этих двух стрессовых ситуаций?

Практическое задание №6

Напишите 5 способов, которые помогают Вам снять напряжение, улучшить настроение и работоспособность в трудных ситуациях.

Далее ответьте на следующие вопросы:

- Выполняется ли эта деятельность самостоятельно или с помощью специалистов?
- Является ли она преимущественно аудиальной, визуальной, или кинестетической?
- Какие эмоции преобладают у Вас в этот момент?

Практическое задание №7

Написать сочинение, эссе, очерк на тему: Мир психической травмы или характеристика внутреннего мира травмы на основании анализа первоисточника Д Калшед. Внутренний мир травмы. Архетипические защиты личностного духа.

Практическое задание №8

Упражнение «Мой энергетический запас» проводится с палкой, скакалкой или веревкой, стоя.

1. Берем палку двумя руками сверху, руки внизу на ширине плеч, а палка касается бедер.
2. По команде «Начали!» растягиваем палку в разные стороны с силой примерно 90 % от вашей максимально возможной.
3. Продолжительность растягивания палки - 60 секунд, после чего дается команда «Стоп!». Пальцы разжимаем, палку отпускаем.
4. После этого закрыть глаза, расслабиться, превратиться в наблюдателя за своим собственным телом.
5. Очень важно дать волю рукам. Пусть тело само распоряжается собой и руками. Руки расслабляем и ждем.

Разъяснение: Обратить внимание на амплитуду движения рук и время удержания их в тонической активности - критерий мощности энергопотенциала человека. Если руки совершают полную амплитуду и удерживаются тонической активностью мышц в позе «руки вверху», это говорит об **оптимальном состоянии**, состоянии гармонии, о сверхвысоком энергетическом запасе человека.

Практическое задание №9

Упражнение «Моя эмоциональная жизнь».

Инструкция: Разделите лист бумаги на две части горизонтальной чертой. Вверху поставьте максимальный плюс, внизу - максимальный минус. Поделите горизонтальную линию на годы жизни от момента, когда Вы себя помните. Это может быть три года, пять... и до момента, который Вы хотите пережить в своем воображении. Это может быть сегодняшний Ваш возраст или возраст в будущем. А теперь проследите свою эмоциональную жизнь по периодам. Вспомните любые, первые пришедшие в голову отрицательные переживания и поставьте возраст, когда это было. И положительные, счастливые переживания и тоже поставьте возраст, когда это было. Отметьте крестиком, звездочкой или кружочком. Причем силу своих эмоциональных переживаний тоже отразите на вертикальной линии.

Практическое задание №10

Написать сочинение, эссе, очерк на тему: Мир психической травмы или характеристика внутреннего мира травмы на основании анализа первоисточника Д Калшед. Внутренний мир травмы. Архетипические защиты личностного духа.

Практическое задание №11 Методика «Ключ к себе» Х. Алиева

Ключ - движение, которое человек может выполнять с минимальным мускульным усилием, или которое можно продолжать без обычного напряжения и усталости как бы бесконечно. Это движение - полуавтоматическое; его

можно вызвать и прекратить одним желанием. Движения сопровождаются различными образными представлениями и поэтому называются «идеомоторными». После того, как человек нашёл и освоил индивидуальный ключ к себе, он может использовать его как технику релаксации и саморегуляции, что хорошо помогает при коррекции эмоциональных нарушений у пострадавших с ПТСР.

Хасан Алиев предлагает до занятия проверить обучаемость методу с помощью трех вопросов;

Стопроцентной обучаемостью человек обладает, если:

1. Ему снились полеты во сне;
2. При беге открывалось «второе дыхание»;
3. Пробуждение от сна происходило в нужный момент без будильника.

Тем, кто ответил "нет" на все три вопроса или некоторые из них, предлагается повысить свою обучаемость. Для этого выполняется массаж шеи и затылка в течение 10 минут, легкие физические упражнения в течение 10 минут, бег на месте, танец. Для того чтобы подобрать «Ключ к себе», предлагается комплекс "Звезда саморегуляции". Следует перебирать приемы по правилу: делать то, что получается, и отбрасывать то, что затруднительно. При поиске «ключа» облегчается стрессовое состояние и наступает релаксация, сопровождаемая автоколебаниями тела.

"ЗВЕЗДА САМОРЕГУЛЯЦИИ" состоит из 6-ти "стандартных" приемов и приемов, созданных самим занимающимся.

- 1.«Расхождение рук»
- 2.«Схождение рук»
- 3.«Левитация рук»
- 4.«Полет»
- 5.«Покачивание»
- 6.«Движения головой»

ПРИЕМ 1. «Расхождение рук»

Вытянуть перед собой руки и держать их свободными, расслабленными. Голову держать удобно и настраиваться на то, чтобы руки начали расходиться в стороны с минимальным мышечным усилием. Можно их расхождение представить себе в виде образов, например, в форме отталкивающихся друг от друга однополярных магнитов или каким-либо другим образом. Делать можно так, как удобнее, главное - найти чувство легкости в этом движении, чтобы оно осуществлялось как бы автоматически. Можно это делать с открытыми или закрытыми глазами - как легче. Это очень простой способ для проверки себя на "зажатость": если руки остаются неподвижными - значит, следует поделать несколько обычных физических упражнений, чтобы затем еще раз попробовать этот прием.

ПРИЕМ 2. «Схождение рук».

Если трудно выполнить первый прием, то рекомендуется просто механически развести руки в стороны обычным способом и настроиться на

их обратное автоматическое движение друг к другу. Может быть, это действие удастся легче. Если оно получается, стоит повторить его несколько раз, а затем попробовать сделать первое движение - руки в стороны. Иногда при выполнении этих движений возникает чувство, что руки тянет какая-то сила. Подключение физических ощущений свидетельствует о глубине наступающего расслабления и возникновении "связи ума и тела". Расхождение и схождение рук надо повторить несколько раз, добиваясь непрерывного движения. В моменты, когда руки застревают, можно слегка подтолкнуть их. Или - улыбнуться, потому что улыбка снимает напряжение.

ПРИЕМ 4. «Полет»

Если рука начала "всплывать", через несколько секунд надо дать возможность "всплытию" и второй руки. Пусть они поднимаются как крылья. В этом могут помочь приятные образные представления - например, ощущение полета над землей, в небе. Можно помочь себе ощутить это состояние воспоминанием чувства полетов во сне или других приятных ощущений, связанных с радостью и раскрепощенностью.

При выполнении приемов поиска Ключа наступает расслабление и возникает явление покачивания тела.

Как только возникают колебания тела, руки можно опустить и покачаться на волнах этого "гармонизирующего биоритма", как покачивается ребенок на качелях.

ПРИЕМ 5. «Покачивание»

Уникальным приемом для быстрого развития координации и способности управлять своим состоянием является способ покачивания тела с поиском приятного ритма раскачивания. После приемов поиска Ключа это раскачивание возникает естественно. Но если оно не возникло, следует встать и слегка раскачиваться вперед или назад, или круговыми движениями - так, как приятнее. Руки можно сложить на груди или держать как обычно, а глаза закрыть или оставить открытыми. Сначала это не просто, но после нескольких повторов начинает легко получаться. Главное - искать приятный ритм раскачивания. Это такой ритм, когда не хочется из этого выходить. При этом снимается нервное напряжение и возникает чувство глубокого душевного и физического покоя, внутреннего равновесия. Например, так покачиваниями убаюкивает мать своего малыша, так покачиваются и в ритме молитвы, так нас покачивает в вагоне или в автомобиле. Когда удастся найти свой ритм, покачивание тела становится красивым, гармоничным. Никто никогда при этом не падает. Но при боязни упасть, можно шире расставить ноги или встать спиной к стене. Если при этом приеме проявляется слабость координации, то путем тренировки с помощью этого же приема и происходит ее улучшение. Для этого в моменты, когда покачивание может занести в сторону, надо попробовать придать этим толчкам красивую форму, небольшими волевыми усилиями перевести свои движения в танец. Так тренируется и способность управлять своим состоянием. Очень скоро исчезнет и страх

упасть. Этот страх, подспудно всегда есть внутри человека и так же подспудно влияет на его жизнь, а с помощью этого приема – исчезает.

ПРИЕМ 6. «Движения головой»

Стоя или сидя, надо медленно вращать головой в поиске приятного ритма и точек поворота, как бы выполняя лечебное упражнение для шеи, но обязательно - с поиском именно приятного ритма и приятных точек поворота. Надо обходить болевые или напряженные места или массировать их по ходу выполнения приема. Во время этой приятной работы происходит отвлечение от проблем, и нервная система успокаивается. Когда найдена приятная точка поворота, на которой хочется оставить голову, следует ее так и оставить. Приятная точка поворота - это точка релаксации. Это такое положение головы, которое иногда непроизвольно возникает и в обычной жизни, в моменты, например, усталости или в ситуации, когда человек сидит, глубоко задумавшись, откинув слегка голову назад, вперед или в сторону.

Второй вариант приема с движениями головой

Стоя или сидя, производится вращение головой в поиске приятного ритма и точек поворота, но очень медленно, как возможно медленней. Затем еще медленней. Это сверхмедленное движение непривычно, требует внимания и поэтому быстро отвлекает от текущих проблем и помогает найти желаемое состояние душевного равновесия. Чем медленнее движение, тем быстрее наступает эффект снятия напряжения.

Третий вариант приема с движениями головой

Движения головой можно делать и качая голову "сбоку набок", как мы обычно это делаем в знак несогласия при разговоре, или - "вперед-назад", как делают в знак согласия. Задача - найти такое движение, которое делается легко, с минимальным усилием, с приятными ощущениями, которые хочется продолжать. Можно помочь себе в поиске расслабления и с помощью сопровождения вертикальных наклонов головы вертикальными движениями глазных яблок, а при покачивании головы "сбоку набок" - горизонтальными движениями глазных яблок. Глаза при этом могут быть закрытыми или открытыми, как приятнее. Можно и начинать движения головой с движения глазных яблок, ограничиться только движениями глазных яблок, стараясь найти приятный ритм и направление их колебания.

Б. Критерии и шкала оценивания.

Оценивание практических заданий проводится по 4-х бальной шкале:

3 балла ставится если студент:

- владеет научной терминологией;
- описывает *систему* мероприятий, обосновывает необходимость мероприятий разного типа
- подбирает мероприятия адекватные поставленной задаче;
- осознает особенности психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности.
- учитывает психологические и культурные особенности аудитории

2 балла ставится если студент:

- владеет научной терминологией;
- осознает особенности психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности.
- способен описать несколько различных мероприятий, адекватных поставленной задаче, при помощи наводящих вопросов способен обосновать цель того или иного мероприятия;

1 балл ставится если студент:

- осознает основные особенности психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности.
- при использовании научной терминологии, формулировке элементов программы и методов допускает существенные ошибки.

0 баллов ставится если студент

- не осознает специфики психопрофилактической, просветительской и коррекционной деятельности,
- не может сформулировать и описать элементы программы мероприятий,
- не владеет терминологией
- не способен подобрать методы адекватные поставленной задаче.

6.2.4. Анализ 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)

Выполнение анализа фильма оценивается по системе «зачтено/незачтено».

Отметка «незачтено» ставится если:

- выделенные категории сравнения формальны, поверхностны, не раскрывают всего содержания,
- описание результатов делается «бытовым» языком без использования научной терминологии;
- сделанные выводы не обоснованы

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

Все задания, используемые для контроля компетенций условно можно разделить на две группы:

задания, которые в силу своих особенностей могут быть реализованы только в процессе обучения (анализ фильма, доклад, ролевая игра) и задания, которые дополняют теоретические вопросы зачета (практические задания).

Выполнение заданий первого типа является необходимым для формирования и контроля ряда умений и навыков. Поэтому, в случае невыполнения заданий в процессе обучения, их необходимо «отработать» до экзамена. Вид заданий, которые необходимо выполнить для ликвидации «задолженности» определяется в индивидуальном порядке, с учетом причин невыполнения. Так для отработки пропуска ролевой игры могут быть использованы следующие задания:

- 1) разработать ролевую игру, направленную на отработку навыков межэтнического общения;
- 2) подобрать материалы, примеры из жизни, иллюстрирующие психологические особенности участников правоотношений и проанализировать их.

В случае невыполнения доклада, студенту необходимо принести письменный текст сообщения на экзамен. В таком случае в ходе экзамена ему могут быть заданы вопросы по теме доклада.

Процедура экзамена и оценивания. Экзамен проводится по билетам. Каждый билет содержит теоретический вопрос. Отметка за задания второго типа является составной частью экзаменационной отметки. Таким образом, экзаменационные испытания включают в себя: теоретический вопрос (для контроля знаний) и практическое задание (для контроля умений и навыков).

Процедура экзамена. Экзамен проводится по билетам. Каждый билет содержит один теоретический вопрос и одно практическое задание (кейс). На подготовку дается 30 минут.

Процедура оценивания. Оценки за теоретический вопрос и практическое задание суммируются. Если итоговый балл равен 0-2, студент получает отметку «неудовлетворительно» и имеет право пересдать экзамен в установленном порядке. Отметка «удовлетворительно» ставится при сумме баллов 3-4. Отметка «хорошо» соответствует 5-6 баллам. При сумме баллов, равной 7-8 ставится отметка «отлично».

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 дисциплины (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 лекционного 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 психоло-

гии, 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.

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