

УЧРЕЖДЕНИЕ ОБРАЗОВАНИЯ
«БЕЛОРУССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ МАКСИМА ТАНКА»

«УТВЕРЖДАЮ»

Первый проректор БГПУ

С.И. Коптева

«28» 12 2023 г.

Регистрационный № УД-23-3 / 95 / уч.

КРИЗИСНАЯ ПСИХОЛОГИЯ

**Учебная программа учреждения высшего образования
по учебной дисциплине для специальностей:**

1–03 04 01 Социальная педагогика,

1–03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь

2023 г.

Учебная программа составлена на основе образовательных стандартов высшего образования I ступени: ОСВО 1-03 04 01 – 2021 и ОСВО 1-03 04 04 – 2021, утвержденных 20.04.2022, регистрационный № 85; учебных планов учреждения высшего образования по специальностям: 1-03 04 01 Социальная педагогика; 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь

СОСТАВИТЕЛИ:

Е.В.Бондарчук, заведующий кафедрой возрастной и педагогической психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат психологических наук, доцент;

И.Н.Ахременко, старший преподаватель кафедры возрастной и педагогической психологии учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка»

РЕЦЕНЗЕНТЫ:

В.А.Хриптович, заведующий кафедрой проектирования образовательных систем учреждения образования «Республиканский институт высшей школы», кандидат психологических наук, доцент;

О.Н.Куницкая, заведующий кафедрой социальной педагогики учреждения образования «Белорусский государственный педагогический университет имени Максима Танка», кандидат педагогических наук, доцент

СОГЛАСОВАНО:

Педагог-психолог государственного учреждения образования «Средняя школа № 148 г. Минска»

 О.М. Бартош
« 27 » 11 2023 г.

РЕКОМЕНДОВАНА К УТВЕРЖДЕНИЮ:

Кафедрой возрастной и педагогической психологии

(протокол № 4 от 28.11.2023 г.)

Заведующий кафедрой  Е.В.Бондарчук

Научно-методическим советом БГПУ

(протокол № 3 от 19.12.2023 г.)

Оформление учебной программы и сопровождающих ее материалов действующим требованиям Министерства образования Республики Беларусь соответствует.

Методист учебно-методического отдела БГПУ  Е.А.Кравченко

Директор библиотеки  Н.П.Сятковская

ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

«Кризисная психология» является относительно новым направлением в отечественной психологической науке. Необходимость развивать кризисную психологию и готовить специалистов, компетентных в вопросах понимания природы и условий поведения в кризисных ситуациях, в последние десятилетия приобрела особую актуальность. Она обусловлена изменяющимися социальными и природными условиями жизни людей, требующих максимального напряжения их физических и психологических адаптационных возможностей. Научная значимость кризисной психологии определяется необходимостью раскрытия роли адаптационных возможностей человека в преодолении чрезвычайных внешних ситуаций и кризисов личной жизни. Современную психологическую науку в настоящее время интересует, почему люди ведут себя по-разному в зоне бедствия, что происходит с ними в условиях катастроф. Практическая значимость развития данного направления также очевидна. Для будущих педагогов-психологов и педагогов социальных важно приобрести теоретические знания, чтобы понимать особенности влияния экстремальной ситуации на психику и поведение человека, знать алгоритмы оказания психологической помощи в каждом конкретном случае проявления последствий экстремальной или кризисной ситуации, сформировать практические умения осуществления психологического сопровождения личности в экстремальной ситуации с учетом ее места и роли в ней, компетентность профессионально действовать, согласно требованиям ситуации. Важнейшей задачей для будущего специалиста педагога-психолога и педагога социального является теоретическая и практическая подготовка по оказанию психологической помощи в экстремальной ситуации, как возможность для последующего обучения детей и взрослых способам и приемам самопомощи, правильному поведению в условиях экстремальной ситуации.

Учебная дисциплина «Кризисная психология» раскрывает основные сведения, связанные с поведением и психическим состоянием людей, пребывающих в экстремальных и кризисных состояниях, а также находящихся в зоне чрезвычайных ситуаций. Важной составляющей курса являются сведения, касающиеся оказанию экстренной психологической помощи пострадавшим при экстремальных ситуациях, психологической подготовке специалистов, работающих в зоне чрезвычайных ситуаций, а также реабилитации и психотерапии в случае возникновения отсроченных травматических реакций. В основу разработки учебной программы «Кризисная психология» положены принципы научности, системности, практической направленности обучения.

Учебная программа составлена на основе образовательных стандартов высшего образования учебных планов учреждения высшего образования по специальностям: 1-03 04 01 Социальная педагогика; 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь.

Цель изучения учебной дисциплины – овладение студентами системой компетенций в области кризисной психологии, оказания экстренной и отсроченной психологической помощи, самопомощи.

Задачи изучения учебной дисциплины:

1. Обеспечить усвоение студентами основных понятий кризисной психологии.

2. Дать студентам представление о методологических основаниях кризисной психологии, объяснительных теориях поведения человека в ситуации неопределенности и непредсказуемости.

3. Познакомить студентов с кризисными ситуациями и состояниями, возникающими в ответ на условия кризисной ситуации, возможными ролевыми позициями личности в кризисной ситуации и спецификой ее потребностей в психологической помощи, определяемой местом и ролью участия в чрезвычайной ситуации;

4. Уточнить и расширить представления об основных видах личностных кризисов, разнообразии переживания критических периодов, сформировать знания и умения оказания психологической помощи личности в период кризиса.

5. Обеспечить формирование полных и точных знаний о суицидальных тенденциях как способе реагирования личности на кризисную ситуацию, вариантах их проявления; компетенций оперативного выявления признаков суицидального риска, знаний алгоритма поведения и оказания помощи суициденту, помочь овладеть стратегией и методологией психотерапевтической помощи.

6. Познакомить с деятельностью Республиканского центра психологической помощи.

7. Сформировать умения оказывать психотерапевтическую помощь участникам образовательного процесса в кризисных ситуациях.

8. Обучить навыкам самостоятельного построения программ психологической помощи человеку в кризисной и посткризисной ситуации жизненного пути.

Место учебной дисциплины в системе подготовки специалиста педагога социального и педагога-психолога, связи с другими учебными дисциплинами

Для студентов, овладевающих специальностью 1-03 04 01 Социальная педагогика, содержание учебной дисциплины «Кризисная психология» разработано с учетом опоры на сведения, усвоенные при изучении учебных дисциплин: «Общая психология», «Психология личности», «Дифференциальная психология», «Психология развития», «Когнитивная психология» и содействует подготовке к освоению учебных дисциплин: «Психологическая безопасность в школе», «Школьная медиация».

При овладении специальностью 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь изучение содержания учебной дисциплины «Кризисная психология» обеспечивается опорой на основные теоретические

учебные дисциплины, обеспечивающие понимание сущности базисных психологических феноменов и явлений: «Социальная психология», «Психологическая диагностика» и создает основу для изучения учебной дисциплины «Психологическая безопасность в школе» для студентов, овладевающих специальностью 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь по учебному плану (15.07.2021, № 009-2021/У) и «Школьная медиация» - в соответствии с учебным планом (23.06.2022, № 097-2022/У).

Требования к базовым профессиональным компетенциям:

Согласно образовательному стандарту высшего образования ОСВО1-030404-2021 по специальности 1-030404 Социальная и психолого-педагогическая помощь изучение учебной дисциплины «Кризисная психология» направлено на формирование у студентов базовых профессиональных и социальных компетенций. Содержание дисциплины позволяет сформировать компетенции, актуальные для обеспечения профессиональной подготовки специалиста, приобретающего квалификацию: Педагога социального. Педагога-психолога:

БПК-10. Обеспечивать здоровьесберегающие условия образовательного процесса, участвовать в разработке и реализации программ социально-педагогической и психологической профилактики различных видов насилия в учреждении.

СК-14. Разрабатывать и реализовывать программы социально-педагогического и психологического сопровождения ребенка в трудных и социально опасных жизненных ситуациях.

Согласно образовательному стандарту высшего образования ОСВО1-030401 по специальности 1-030401 Социальная педагогика изучение учебной дисциплины «Кризисная психология» содействует формированию базовой профессиональной компетенции БПК-10.

БПК-10. Обеспечивать здоровьесберегающие условия образовательного процесса, участвовать в разработке и реализации программ социально-педагогической и психологической профилактики различных видов насилия в учреждении образования, в том числе в социальных сетях, использовать методы конструктивного решения конфликтов.

Требования к освоению учебной дисциплины в соответствии с образовательным стандартом

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **знать:**

- основные понятия кризисной психологии;
- теоретико-методологические основания кризисной психологии;
- кризисные ситуации и состояния;
- основные виды экстремальных ситуаций и кризисов, особенности поведения людей в них;
- алгоритм и специфику оказания экстренной психологической помощи и отсроченной психологической помощи;

- методику психологической работы по преодолению последствий психологической травмы;
- психологическую природу суицидальных тенденций как результат дезадаптации и форму проявления кризиса; алгоритм действий в случае выявления суицидального риска и тактику оказания психологической помощи;
- стратегию и методологию психотерапевтической помощи;
- особенности деятельности Республиканского центра психологической помощи;
- программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки;

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **уметь**:

- пользоваться понятийно-категориальным аппаратом кризисной психологии;
- диагностировать травматические состояния и производить экспертную оценку психологических ресурсов участника экстремальной ситуации;
- оказывать психотерапевтическую помощь людям в кризисных ситуациях, обусловленных возрастными изменениями или переменами жизненных обстоятельств;
- самостоятельно составлять программы психологической помощи человеку в кризисной и посткризисной ситуации жизненного пути.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен **владеть**:

- системой знаний в области кризисной психологии;
- теоретико-методологическими основами кризисной психологии;
- навыками психодиагностики травматических состояний;
- стратегией и методологией психотерапевтической помощи;
- программами кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки;
- методиками и приемами оказания экстренной и отсроченной психологической помощи в экстремальной ситуации.

Общее количество часов, отводимых на изучение учебной дисциплины в соответствии с типовым учебным планом по специальности

Общее количество учебного времени, выделяемого на изучение учебной дисциплины «Кризисная психология», для студентов специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь, проходящих профессиональную подготовку на дневной форме получения образования, – 180 часов (5 з.е.), из них аудиторных – 84, самостоятельная (внеаудиторная) работа студента – 96 часов.

Для освоения учебной дисциплины «Кризисная психология» студентами специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь заочной формы получения образования отводится

180 часов: 20 часов для проведения аудиторных занятий и 160 часов - на самостоятельную (внеаудиторную) работу.

Общее количество учебного времени, выделяемого на изучение учебной дисциплины «Кризисная психология» студентами дневной формы получения образования по специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика – 120 часов (3 з.е.), из них аудиторных – 54 самостоятельная (внеаудиторная) работа студента – 66 часа.

Для освоения учебной дисциплины «Кризисная психология» студентами заочной формы получения образования по специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика отводится – 120 часов (3 з.е.), из них аудиторных – 12, самостоятельная (внеаудиторная) работа студента предусмотрена в объеме 108 часов.

Распределение аудиторного времени по видам занятий, курсам и семестрам

Для студентов *дневной* формы получения образования по специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь предусмотрено 84 аудиторных часа. 4 курс, 7 семестр: лекционных – 26 часов (из них 4 часа УСРС), семинарских – 28 часов (из них 4 часа УСРС), практических занятий – 30 часов. На самостоятельную работу студентов по темам отведено 96 часов. Промежуточный контроль по учебной дисциплине проводится в форме экзамена.

Для студентов *заочной* формы получения образования по специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь предусмотрено 20 аудиторных часов. 4 курс, 8 семестр: лекционных – 10 часов, практических – 10 часов. Промежуточный контроль по учебной дисциплине проводится в форме экзамена (5 курс, 9 семестр).

Для студентов *дневной* формы получения образования по специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика предусмотрено 54 аудиторных часа. 3 курс, 6 семестр: лекционных – 24 часа (из них 4 часа УСРС), практических занятий – 30 часов (из них 4 часа УСРС). На самостоятельную работу студентов по темам отведено 66 часов. Промежуточный контроль по учебной дисциплине проводится в форме экзамена.

Для студентов *заочной* формы получения образования по специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика предусмотрено 12 аудиторных часов. 4 курс, 7 семестр: лекционных – 6 часов, практических – 6 часов. Промежуточный контроль по учебной дисциплине проводится в форме экзамена (4 курс, 8 семестр).

СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОГО МАТЕРИАЛА

Тема 1. Введение в кризисную психологию

Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний. Основания выделения кризисной психологии в самостоятельную отрасль психологических знаний. Цель и задачи курса. Система основных понятий кризисной психологии: «кризис», «событие», «кризисное событие», «экстремальная ситуация», «психическая травма», «переживание». Основные признаки кризисного события. Подходы к рассмотрению кризисного события. Психологический анализ кризисного события. Координаты описания понятия «кризисное событие». Переживание как основная единица внутренней жизни человека. Скорбь как процесс переживания.

Тема 2. Стратегии преодоления психологической травмы

Понятие психологического преодоления (копинга). Главная задача преодоления. Способы психологического преодоления (Billings, R. Moos; H. Weber). Проблема эффективности психологического преодоления (ситуационный критерий, личностный, адаптационный критерий, обусловленность полоролевыми стереотипами). Эффективность основных стратегий преодоления. Эффективные стратегии: реальное преобразование ситуации или ее перетолкование. Неоднозначные стратегии: эмоционально-экспрессивные формы преодоления. Неэффективность стратегии самообвинения. Опросник копинг-стратегий. Особенности применения стратегий преодоления взрослыми и обучающимися (школьниками). Изучение копинг-стратегий.

Тема 3. Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии

Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии. Предмет изучения экзистенциальной психологии. Основные положения экзистенциальной психологии (онтологическая трактовка сознания, взгляд на эмоции, взгляд на человека, становление человека, связь бытия человека и бытия мира, методы экзистенциальной психологии).

Экзистенциальный анализ. Принципы рассмотрения и определения личности (динамический, базисные проблемы существования, внутриличностный конфликт). Области базисных конфликтов, которые анализирует экзистенциальная психология: смерть, свобода, изоляция, бессмысленность. Формула существования человека в мире (осознание конечной данности – тревога – защитный механизм). Понятие экзистенциального анализа. Цель экзистенциального анализа. Глубина экзистенциального анализа. Единицы анализа: трансценденция, время, мир-проект, модусы бытия в мире, свобода. Посылки (основания) экзистенциального анализа. Понятие трансценденции.

Трансцендирование как главная характеристика психического здоровья. Особенности миро-проекта психически здорового и больного человека.

Характеристика экзистенциальных тревог: тревога судьбы и смерти, тревога вины и осуждения, тревога пустоты и отсутствия смысла. Взаимосвязь страха и тревоги. Психотерапевтическая теория невротической тревоги.

Тема 4. Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии

Характеристики смысла (по В. Франклу): относительность, доступность, процесс нахождения смысла, степень объективности смысла, ситуативность смысла, локализация смысла, объяснение, ответственность. Система ценностей осмысленной жизни. Три группы ценностей: ценности созидания (творчества), ценности переживания и ценности отношения. Учение о свободе воли. Две фундаментально-антропологические характеристики человеческого существования: способность к самотрансцендентности и способность к самоотстранению. Трагическая триада человеческого существования: триада смысла, ценностей и осмысленного отношения. Экзистенциальный вакуум. Три фактора, определяющие этиологию экзистенциального вакуума. Основные проявления экзистенциального вакуума: скука и апатия. Логотерапевтическая теория неврозов. Три патогенных паттерна реагирования (по В. Франклу). Методы помощи человеку в ситуации ноогенного невроза. Основные психотерапевтические стратегии: «настрой» терапевта, различение смысла (переосмысливание), дерефлексия, парадоксальная интенция, вовлеченность.

Тема 5. Работа психолога в очаге экстремальной ситуации

Понятие чрезвычайной (экстремальной) ситуации. Классификации экстремальных ситуаций: по степени внезапности, по скорости распространения, по масштабу распространения, по продолжительности действия, по характеру, по источнику происхождения и т.д. Основные параметры оценки ущерба ЧС.

Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях. Главные принципы оказания помощи. Функции службы экстренной психологической помощи: практическая, координационная. Отличие ситуации работы психолога в экстремальных условиях от обычной терапевтической ситуации. Цель и задачи экстренной психологической помощи. Два направления проведения психотерапии и психопрофилактики: со здоровой частью населения и лиц с развившимися нервно-психическими нарушениями. Экстренная «информационная терапия» в условиях полной изоляции людей от внешнего мира. Психотерапевтические мероприятия с родственниками людей, попавшими в ЧС. Психотерапия со спасателями. Рекомендации для психолога, другого специалиста или добровольца, работающего в экстремальной ситуации (Б. Гаш и Ф. Ласогга). Факторы,

вызванные экстремальной ситуацией, от которых страдают жертвы стихийных бедствий и катастроф. Динамика психогенных расстройств. Классификация стадий (фаз) в динамике состояния людей после психотравмирующих ситуаций. Фазы психических реакций при катастрофах, предложенные в работах Национального института психического здоровья в США: героизма, «медового месяца», разочарования и восстановления. Стадии, разработанные Решетниковым, Александровским и др.

Техники экстренной психологической помощи. Симптомы, проявляющиеся у человека в экстремальной ситуации (М.А. Крюкова и др.): бред, галлюцинации, апатия, ступор, двигательное возбуждение, агрессия, страх, истерика, нервная дрожь, плач. Основная помощь психолога: создание условий для нервной «разрядки». Работа психолога с каждым видом симптомов. Работа психолога в экстремальных ситуациях (насилие), связанных с угрозой для жизни (помощь взрослому и помощь ребенку). Работа психолога в экстремальных ситуациях, связанных с сексуальным насилием. Работа с детьми, со школьниками и взрослыми.

Психогении в экстремальных ситуациях. Диапазон нервно-психических нарушений: от состояния дезадаптации и невротических, невротоподобных реакций до реактивных психозов. Факторы, от которых зависит их тяжесть. Классификация травмирующего воздействия различных неблагоприятных факторов, возникающих в опасных для жизни условиях: непатологические психоэмоциональные реакции и патологические состояния – психогении (реактивные состояния). Четыре группы психогенных расстройств, наблюдаемых во время и после экстремальных ситуаций: непатологические (физиологические) реакции, патологические реакции, невротические состояния и реактивные психозы (острые и затяжные) (по Ю.А. Александровскому). Реактивные психозы: аффективно-шоковые реакции и истерические психозы. Наиболее типичные проявления непсихотических (невротических) расстройств на различных этапах развития ситуации: острые реакции на стресс, адаптационные невротические реакции, неврозы (тревоги, истерический, фобический, депрессивный, ипохондрический, неврастения). Три периода развития ситуаций, в которых наблюдаются различные психогенные нарушения. Классификация основных факторов, влияющих на развитие и компенсацию психических расстройств при чрезвычайных ситуациях: непосредственно во время события и при проведении спасательных работ после завершения опасного события (особенности ситуации, индивидуальные реакции, социальные и организационные факторы); на отдаленных этапах чрезвычайной ситуации (социально-психологическая и медицинская помощь, социальные и организационные факторы).

Психология терроризма. Понятие терроризма и его основные характеристики.

Взрывы. Меры безопасности при угрозе проведения теракта. Действия при обнаружении взрывоопасного предмета. Действия при совершении

теракта. Действия при завалах обломками стен. Действия при взрыве и пожаре в вагоне метро (по Громову, Васильеву).

Захват заложников. Отличие заложничества от непосредственной террористической атаки. Психологические портреты террориста и его жертвы. Виктимология как наука о жертвах. Массовые реакции на террор. Типы поведения заложников. Специфические психопатологические феномены двух типов. Особенности поведения заложников. Взаимоотношения с похитителями. Рекомендации заложникам. Захват террористами самолета. Рекомендации заложникам.

Психологические и социальные последствия терроризма.

Тема 6. Кризисы утраты

Общая характеристика переживания детьми горя. Понятие утраты. Эмоции, которые переживает ребенок во время кризиса утраты. Реакция ребенка на ситуацию утраты. Важность подготовки ребенка к встрече со смертью. Особенности поведения взрослых при утрате ребенком близкого человека. Защитные реакции детей. Рассказы или рисунки как средства высвобождения ребенком своих эмоций. Горе как поведение, которому обучаются. Участие детей в ритуалах, обычаях и других формах траура, принятых в семье. Чувство вины как особая проблема для детей, встретившихся со смертью.

Фазы детского горя. Три фазы детского горя по Боулби: протест, дезорганизация и фаза реорганизации. Пять фаз детского горя по Дж. Е. Вильямсу, которые соответствуют пяти стадиям горя по Кюблер – Росс. Признаки регресса в поведении горящего ребенка. Характеристики неуспешного переживания горя. Симптомы депрессии у детей. Факторы, которые способствуют неправильному представлению о переживании детьми горя. Особенности переживания детьми горя. Зависимость переживания несчастья от личности и возраста ребенка. Стремление изолироваться от мира. Чувствительность к разлуке.

Возрастные особенности переживания горя. Восприятие смерти детьми 3-6 лет. Различия в реакции на смерть. Наилучшая помощь ребенку. Особенности поведения родителей. Фантазии детей. Чувство вины. Отсутствие у дошкольников понимания абстрактных слов «никогда», «всегда». Понимание смерти младшими школьниками (7-9 лет). Фрагментарность в поведении 10-12-летних детей. Осознание неотвратимой природы смерти. Мышление подростков, похожее на мышление взрослых. Поиски смысла смерти. Реакции, похожие на детские. Отрицание. Способы вытеснения горя. Гнев. Суицидальные мысли.

Самосознание и проблемы, возникающие в горе. Более глубокое понимание себя у ребенка, пережившего горе. Самоанализ, самопонимание и самоидентификация. Потеря контроля над собой и окружающим миром из-за отсутствия действия 4-х факторов: целостность, четкость, самоанализ и самосознание. Четыре задания для снятия горя для пострадавших детей.

Надежда на позитивные изменения в будущем как важное задание для снятия горя у детей. Необходимость выражения эмоций.

Методические основы краткосрочной кризисной психологической помощи в совладании с переживанием утраты близкого человека. Метод серийных рисунков и рассказов. Техники, сопряженные с методом серийных рисунков и рассказов. Консультирование клиента, пережившего утрату. Анализ клинических случаев. Использование краткосрочной кризисной психологической помощи, направленной на совладание с переживанием утраты близкого человека, с детьми, подростками и взрослыми.

Работа Республиканского центра психологической помощи по оказанию помощи в ситуации кризиса утраты. Работа со взрослыми, работа с детьми и подростками.

Тема 7. Семейные кризисы и развод как утрата семьи

Семейные кризисы. Вступление в брак как кризис. Кризис первого года жизни в браке. Разводы. Рождение первого ребенка как причина второго кризиса в семье. Появление второго ребенка в семье как причина следующего кризиса. Кризис в отношениях после посещения ребенком детского сада или школы. Подростковый кризис у детей и кризис 40-летних у родителей. Второй пик разводов в возрасте 40-45 лет. Критический период, связанный с профессиональным самоопределением детей. Выход супругов на пенсию как основа следующего кризиса. Третий пик разводов. Отделение взрослых детей от семьи как причина кризиса. Другие явления, оказывающие неблагоприятное воздействие на семью. Наибольшая частота разводов в первые 7 лет семейной жизни.

Особенности переживания развода. Ухудшение брачных отношений. Развод как ситуация утраты. Стадии переживания развода (измены): отрицание, озлобленность, стадия переговоров, стадия депрессии, стадия адаптации. Проблемы постразводного периода.

Фазы адаптации детей после развода. Первая, самая острая фаза – время эмоциональной и физической разлуки одного из супругов с детьми. Поддержка для ребенка. Особенности переживания ребенка в случае отсутствия поддержки. Вторая фаза – переходная. Особенности поведения родителей и ребенка. Третья фаза – создание нового жизненного стиля. Отношение к новому родителю. Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей. Работа педагога-психолога со взрослыми, переживающими развод.

Тема 8. Теория посттравматического стрессового расстройства

Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. Центральные положения в концепции стресса Г. Селье. Классификация воздействий на организм. Стадии общего адаптационного синдрома. Понятие адаптационной энергии. Эмоциональный стресс. Психологические и физиологические механизмы преодоления стресса.

Стрессоры: физиологические и психологические (эмоциональные и информационные). Понятие травматического стресса. Характеристики травмы, способной вызвать травматический стресс (В.Г. Ромек и др.). Травматические события в качестве стрессора. Три фазы психологической реакции на травму: фаза психологического шока, воздействие, фаза нормального реагирования.

История создания теории посттравматического стрессового расстройства. Первое систематическое описание психических расстройств, вызванных тяжелой психической травмой (Д.Е. Эриксон). Термин «травматический невроз» (Н. Опенгейм). Работы Майерса и Кардинера. Термин «хронический военный невроз» (Кардинер) и его симптоматика. Исследования Э. Крепелина. Понятие рентных установок больных. Психоаналитическое осознание травматических неврозов (работы З. Фрейда). Исследования Е. Линдемана. Классификация расстройств, наблюдаемых у пострадавших от несчастного случая (Е. Линдеман). Исследования Р.С. Леопольда, Н. Диллоона, В.Г. Нидерланда, Р.И. Лифтона. Неблагоприятные изменения личности у ветеранов Вьетнамской войны. Введение понятия «посттравматическое стрессовое расстройство» (М. Горовитц). Основные группы симптомов в рамках посттравматической патологии. Невротические и патохарактерологические синдромы.

Этиология посттравматического стресса (ПТС). Основа этиологии (психический стресс). Список ситуаций, приводящих к ПТС. Симптоматика. Диагностические критерии ПТС в классификации болезней: событие, группа «повторного переживания», группа «избегания», группа «общая психическая возбудимость/заторможенность». Эпидемиология. Зависимость травматического стресса от ряда факторов. Статистические данные связи ПТСР с характером травмы (Кесслер).

Анализ методов диагностики. СКИД как основной метод диагностики. Дополнительные методы диагностики. Травматический стресс и крушение базовых иллюзий. Общая характеристика психологического состояния людей после катастрофы. Установки жертвы, рентная ориентация. Крушение базовых иллюзий: иллюзии справедливости устройства мира и иллюзии простоты устройства мира.

Проблема формирования ответственности в ПТС. Психологические последствия продолжительных издевательств в раннем, дошкольном, младшем школьном, подростковом и юношеском возрасте. Симптоматика последствий. Физиологические симптомы (соматизация), диссоциация, операции фрагментарного разума, триада выжившего. Характерологические последствия продолжительного жестокого обращения: патологические изменения во взаимоотношениях, патологические изменения в индивидуальности.

Консультирование жертв насилия. Консультирование жертв семейного насилия. Специализированные учреждения, оказывающие помощь жертвам семейного насилия. Соответствие последствий семейного насилия

симптомам ПТСР. Рекомендации для консультантов по работе с клиентом (по В.Ю. Меновщикову). Рекомендации для консультантов, касающиеся чувств и реакций консультантов. Стадии терапии в работе с последствиями насилия (Кораблина и др.). Участие телефонных служб в помощи жертвам насилия. Рекомендации американской кризисной линии. Эмоции жертв семейного насилия (по В.Ю. Меновщикову): бессилие / воспитанная беспомощность, страх, раздражение, вина, смущение / стыд, сомнения по поводу психического здоровья, утрата / любовь, оцепенение / амбивалентность, эмоциональная / экономическая зависимость, изоляция, фрустрация, родительские заботы. Общие задачи, которые должна решить женщина – жертва насилия, чтобы преодолеть травмирующую ситуацию: формирование отношения к себе; формирование отношения к другим; исследовательская позиция по отношению к себе; осознание необходимости восстановления (самореабилитация); взгляды, которые помогают достичь психического равновесия.

Консультирование жертв сексуального насилия. Рекомендации для консультантов жертв сексуального насилия (по А.Н. Моховикову). Принципы помощи жертвам изнасилования: уважение, подтверждение, убеждение, предоставление разнообразных возможностей. Спектр возможных эмоциональных реакций жертвы: страх, который может приводить к развитию фобий; отрицание серьезности проблемы; потрясение отсутствием или неприемлемостью альтернатив – выхода из ситуации; беспомощность; гнев; чувство вины; недоверие; депрессия; амбивалентность. Особенности работы: эмоциональное отреагирование, работа по восстановлению личностного контроля.

Консультирование детей – жертв насилия. Основная цель работы психолога с жертвами насилия. Установление контакта с ребенком как важный аспект работы. Задачи, стоящие перед психологом. Эффективный подход в работе с детьми, пережившими насилие. Наиболее эффективные методы работы. Мультимодальная модель консультирования как наиболее подходящий вариант работы с детьми. Особенности выбора конкретного метода в практической работе. Требования к консультанту. Выбор подхода к психологическому консультированию. Особенности отклонений у жертв насилия. Формы сопротивления, которые избирают дети. Стать заодно с ребенком как основная задача специалиста. Общие рекомендации при консультировании детей, подвергшихся насилию. Рекомендации для постановки вопросов дошкольникам. Рекомендации, которые могут помочь определить правдивость детей.

Тема 9. Стратегия и методология отсроченной психологической помощи

Принципы и правила оказания отсроченной психологической помощи. Общие подходы к психотерапии ПТСР. Цель психотерапевтического лечения. Четыре стратегии терапии, позволяющие достичь цели

(С.Н. Ениколопов). Два фундаментальных аспекта ПТР, к которым должна обращаться психотерапия: снижение тревоги, восстановление чувства личностной целостности и контроля над происходящим. Пять стадий актуального состояния клиента (фазы его реакции на травматическое событие) по М.Горовитцу. Последовательные цели психотерапии, соответствующие каждой фазе реакции клиента. Особенности психотерапии ПТСР. Причины трудностей, связанные с принятием роли реципиента психотерапевтической помощи. Реализация психотерапевтом конкретных целей при самом первом контакте с клиентом.

Подход психотерапевтического обучения, включающий 6 компонентов (по Л.Н. Юрьевой). Предпосылки успешной работы с клиентами. Три стадии психотерапевтической работы с людьми, страдающими ПТСР. Наиболее распространенные психотерапевтические ошибки. Характерные особенности терапевтических отношений с клиентом, страдающим ПТСР. Фундаментальное правило терапии ПТСР. Психологические трудности, которые испытывает психотерапевт в процессе работы. Четыре категории разделения методов психологической помощи (по Л.А. Пергаменцику): образовательная категория; целостное отношение к здоровью, принцип холизма; социальная поддержка; собственно психологическая помощь. Психотерапевтические методы: рациональная психотерапия, методы психической саморегуляции, когнитивная психотерапия, личностно-ориентированная, позитивная терапия, гештальт-подход, логотерапия. Групповая терапия как наиболее часто применяемый формат терапии для клиентов, переживших травматический опыт. Группы различных направлений. Терапевтические цели в работе с группой. Правила работы группы.

Специальные методы коррекции. Психологический дебрифинг. Цель группового обсуждения. Задачи. Квалификационные требования к ведущему. Фасилитирование группового обсуждения как сердцевина дебрифинга. Три части и 7 фаз в структуре психологического дебрифинга. Части: проработка основных чувств и измерение интенсивности стресса, детальное обсуждение симптомов и обеспечение чувства спокойствия и поддержки; мобилизация ресурсов, обеспечение информацией и формирование планов на будущее. Особенности использования дебрифинга в работе с обучающимися.

Аутодебрифинг: индивидуально-групповой вариант дебрифинга. Отличие аутодебрифинга от классического дебрифинга. Последовательная схема внутреннего диалога (интроспекция). Особенности использования аутодебрифинга в работе с обучающимися.

Психобиографический дебрифинг. Особенности методики «Психологическая аутобиография». Психобиографический дебрифинг как метод, соединяющий диагностику и коррекцию. Два этапа методики. Первый этап – диагностический. Основные параметры интерпретации данных методики. Второй этап – коррекционный. Цель методики. Задачи. Этапы: вводный, уточнения содержания и характера события, уточнения характера

мыслей, восстановления чувств или реагирования, симптомов, информационный, завершающий. Особенности использования психобиографического дебрифинга в работе с обучающимися.

Использование психотерапевтических методов коррекции в работе с детьми, школьниками и взрослыми: движения глаз (ДПДГ), гештальт-терапии, когнитивно-поведенческой психотерапии, символ-драмы, семейной психотерапии, нейролингвистического программирования. Движения глаз (десенсибилизация и переработка травматических переживаний) (Ф. Шапиро). Особенности использования метода. Психофизиологический механизм – адаптивная информационно-перерабатывающая система как основа данного метода. 8 стадий стандартной процедуры ДПДГ. Стратегии, используемые при заблокированной переработке информации. ДПДГ в лечении психогенных сексуальных дисфункций. Основные этапы ДПДГ терапии у мужчин.

Гештальт-терапия. Цель терапевтической работы. Развитие у человека способности к саморегуляции как основной теоретический принцип. Ключевой аспект терапевтического процесса: осознание контакта с самим собой и окружающим. Пять основных механизмов нарушения контакта (проекция, конфлюенция, ретрофлексия, дефлексия, интроекция). Расстройства, при которых может применяться гештальт-терапия. Особенности использования гештальт-терапии при работе с суицидальными клиентами. Применение гештальт-терапии при консультировании жертв изнасилования. Особенности использования гештальт-терапии при работе с утратой. Основные понятия гештальт-терапии: фигура и фон, осознание и сосредоточение на настоящем, полярности, защитные функции и зрелость. Основные процедуры гештальт-терапии. Техники гештальт-терапии: «Концентрация внимания на чувствах», «Интеграция полярностей», «Работа со сновидениями», «Преодоление сопротивления».

Когнитивно-поведенческая психотерапия. Влияние локуса контроля и каузальной атрибуции на выбор стратегии преодоления стресса. Соотнесение наиболее интенсивных проявлений ПТСР с личностными и социальными факторами. Цель когнитивно-поведенческой психотерапии. Методы: положительное и отрицательное подкрепление, наказание, систематическая десенсибилизация, градуированное представление и самоконтроль. Обусловленность дезадаптивного поведения укоренившимися стереотипами, приводящими к когнитивным искажениям. Коррекция когнитивных искажений. Использование метода когнитивной терапии в работе с суицидальными клиентами. Общие черты у поведенческих и когнитивных терапевтов. Методы и техники (по Мак Маллину). Методы: «Формула ABC», «Определение убеждений», «Группы убеждений», «Жесткие техники опровержения», «Мягкие техники опровержения» и др.

Символ-драма. Кататимно-имагинативная психотерапия – «метод сновидений наяву». Фантазирование в форме образов-«картин» на заданную психотерапевтом тему. Три ступени системы: основная, средняя и высшая.

Мотивы, используемые на основной ступени. Показания для применения символ-драмы при работе с ПТСР. Задачи, которые позволяет решить данный метод при психотерапии лиц, страдающих ПТСР.

Семейная психотерапия. Цель психотерапии. Задачи. Этап оценки и 4 этапа коррекции. Этап оценки. Критерии, отличающие функциональные семьи от дисфункциональных. Этапы коррекции: «Построение терапевтического альянса», «Воссоздание проблемы», «Переструктурирование проблемы», «Развитие «теории заживления»». Принципы консультирования семей с различной степенью выраженности психологического насилия. Семейная терапия с родителями жертв сексуального насилия. Три стадии терапии. Индивидуальные особенности предполагаемых участников. Четыре этапа в СП: диагностический, ликвидации семейного конфликта, реконструктивный, поддерживающий. Применение в СП психотехнических приемов. Шесть информативных параметров описания семейной системы. Техники: «Циркулярное интервью», «Положительное переформулирование», «Предписание» и др.

Нейролингвистическое программирование. Понятие НЛП. Базисное положение НЛП. Главные задачи НЛП-терапевта: обеспечение доступа к скрытым ресурсам, извлечение их из подсознания, доведение до уровня сознания, обучение клиента тому, как ими пользоваться. Использование различных техник: «Интеграция якорей», «Визуально-кинестетическая диссоциация», «Шестишаговый рефрейминг», «Взмах».

Сущность стратегического (превентивного) подхода. Принципы превентивного подхода. Отличительные черты стратегического подхода. Приверженности активному подходу как отличительная особенность стратегической парадигмы. Подход к определению эффективности метода. Выстраивание своего пути как главный сигнал успешности проведенной работы.

Психологическое просвещение. Основные направления и принципы психологического просвещения. Понятие просвещения. Основная функция просвещения. Условия, выполнение которых требует организация психологической помощи в кризисных ситуациях. Присвоение людьми психологических знаний и навыков как результат психологического просвещения. Основные направления психологического просвещения. Задачи психологического просвещения. Особенности опосредованной психологической помощи населению. Задачи буклетов и психологических практикумов. Этапы опосредованной психологической помощи. Особенности использования психологического просвещения в работе СППС.

Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы...». Помещение текстов, формирующих позитивную установку по отношению к травматическому состоянию.

Тема 10. Суицидальное поведение

Понятие суицида. Суицидальное поведение. Классификации суицидов (суицидальные покушения, попытки и проявления; самоубийства, парасуициды, пресуициды; истинные и демонстративно-шантажные). Душевная боль как общий признак тяжелых кризисных состояний.

Теоретические основы суицидального поведения. Социологическая теория самоубийства Э. Дюркгейма. Три основных вида суицидов: эгоистические, аномические, альтруистические. Представления З. Фрейда о суициде. Развитие идей З. Фрейда в теории К. Меннингера. Три основные части суицидального поведения. Тревожность, одиночество, беспомощность, зависимость и враждебность в невротической ситуации как основа суицидального поведения по К. Хорни. Взгляды гуманистических психологов на основы суицидального поведения. Роль тревоги и других эмоциональных переживаний в происхождении суицидального поведения. Представления В. Франкла о самоубийстве. Типология индивидов, которые приближают свою смерть (по Э. Шнейдману). Общие черты, характерные для всех суицидов. Три типа суицидов (эготические, диадические, агенеративные). Самоубийство как следствие социально-психологической дезадаптации личности. Понятие predispositional дезадаптации. Суицидогенный конфликт. Шесть типов ситуационных реакций, характеризующих суицидальное поведение (по А.Г. Амбрумовой). Пять видов суицидального поведения в соответствии с доминирующими мотивами.

Факторы суицидального риска. Социально-демографические факторы: возраст, пол, образование и профессия, место жительства, семейное положение. Влияние родительской семьи на предрасположенность человека к суицидальному поведению. Обстоятельства в семье, имеющие наиболее тесное отношение к последующей аутоагрессии: ранние утраты и дисгармоническое воспитание. Социально-экономические факторы. Индивидуально-психологические факторы. Зависимость аутоагрессивного поведения от акцентуаций характера. Личностные стили суицидентов (по А.Н. Моховикову). Медицинские факторы: психическое здоровье и соматическое здоровье. Природные факторы. Внешние обстоятельства и внутренние установки.

Индикаторы суицидального риска: ситуационные индикаторы, поведенческие, коммуникативные, когнитивные и эмоциональные.

Консультирование суицидальных клиентов. Этапы суицидального поведения (по А.Н. Моховикову). Этап суицидальных тенденций. Этап суицидальных действий. Процедура интервенции. Этап постсуицидального кризиса. Поственция и вторичная превенция суицидального поведения. Медицинская, социологическая и экологическая модель превенции. Мифы и факты о суициде. Исследование мотивов суицида. Оценка риска самоубийства. Предшествующая попытка суицида. Суицидальная угроза. Оценка реакций на стресс в прошлом. Оценка уязвимости к угрожающим жизни аффектам. Оценка внутренних и внешних ресурсов поддержки

(средств решения проблем). Оценка фантазий о смерти. Оценка способности суицидента к проверке своих суждений реальностью. Суицидальное поведение у детей и подростков. Признаки депрессии у детей и подростков. Суицидальное поведение у пожилых людей.

Консультирование уцелевших после самоубийства. Темы и чувства, с которыми приходится сталкиваться в процессе беседы с уцелевшими после самоубийства. Что следует делать консультанту. Поддержка для консультанта. Работа Республиканского центра психологической помощи с суицидальными клиентами.

Групповая кризисная психотерапия. Реориентационный тренинг. Теоретические основы реориентационного тренинга: индивидуальная психология А. Адлера, теория оптимизма М. Селигмана, социально-когнитивная теория Дж. Роттера. Этапы тренинга: «Исследование жизненного стиля личности», «Постановка и согласование целей», «Переписанная биография», «Хорошее в плохом», «Принятие похвалы», «Самоподкрепление», «Наслаждение в действиях», «Наслаждение в людях».

Использование групповой кризисной психотерапии в работе с детьми, подростками и взрослыми.

Тема 11. Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки

Работа с жертвами насилия. Общая характеристика метода «группа поддержки». Характеристика метода. Цель проведения группы поддержки. Задачи. Форма, тип группы поддержки. Социальная ориентация группы. Механизмы, которые задействованы при проведении группы поддержки. Руководитель группы. Роль руководителя группы. Руководитель группы как фасилитатор. Продолжительность работы группы. Особенности формирования группы поддержки. Этапы и вопросы, которые следует решить перед началом работы. Принципы работы в группе поддержки: принцип личной безопасности, установление границ дозволенного, активное слушание, проблемы социального контакта, лимит времени в группе, домашние задания, потребность фасилитатора в поддержке. Требования к ведущему группы. Групповая терапия с жертвами изнасилования. Основа подхода: доступ к нужной информации, активное слушание и эмоциональная поддержка. Включение обучения в поддерживающую психотерапию. Сочетание групповой терапии с арт-терапией.

Тренинг по ритмо-двигательной терапии для женщин, переживших насилие. Характеристика ритмо-двигательной терапии (РДТ). Связь между телом и сознанием. Синтез трех направлений (телесно-ориентированной психотерапии, танцевальной терапии и ритмической гимнастики) как основа метода ритмо-двигательной терапии. Теория телесно-ориентированной терапии (В. Райх). Понятие «мышечного панциря». Три основных эмоциональных состояния, которые блокируют мышечные зажимы: тревога,

гнев, сексуальное возбуждение. Работа с телом как освобождение эмоций. Свободное выражение чувств в танцевальной терапии. Танец как коммуникация посредством движения. Цели танцевальной терапии. Взаимоотношения спонтанных движений и психического состояния. Отличие ритмо-двигательной терапии от телесно-ориентированной терапии и танцевальной психотерапии. Основные функции ритма. Различные категории движения (пространство, время, вес, направление) как метафоры основных жизненных тем личности. Кинестетический транс. Проблемы, с которыми помогает разобраться ритмо-двигательная терапия: с границами, с межличностными отношениями, с Я-образом, со сверхконтролем, с агрессией, с опорами или заземлением, с психофизиологическими блоками («зажимами»), со структурной интеграцией. Структура занятия: разминка, быстрая часть и заключительная часть. Примерные упражнения.

Групповая психотерапия с детьми – жертвами насилия. Цели и задачи терапии. Директивная и структурированная программа как наиболее эффективная в групповой терапии с жертвами насилия. Особенности формирования групп. Информация о детях. Подготовка к групповой работе. Работа со взрослыми. Требования к группам. Окончание групповой терапии.

Тренинг с детьми, пережившими сексуальное насилие. Программа тренинга (Мэнделл, Дамон). Структура программы (3 этапа и 10 модулей). Модули первого этапа: «Добро пожаловать в группу», «Приобретаем друзей», «Чувства – это нормально»; модули второго этапа: «Рассказываем друг другу о том, что произошло», «По секрету», «Моя семья»; модули третьего этапа: «Позаботься о себе сам», «Девочки взрослеют», «Мальчики взрослеют», «На прощание». Примерные практические задания каждого модуля.

Программа преодоления психических травм детства. Цель программы. Задачи. Функции программы: диагностическая, психотерапевтическая, профилактическая. Содержание и процедура проведения тренинга. Две формы представления детских воспоминаний в процессе реализации психотерапевтической и диагностической функции. Правила работы в диалоговом режиме. Перечень вопросов, с которыми можно работать как в микрогруппе, так и в диалоговом режиме. Процедура проведения. Профилактический этап. Задачи этапа. Схема внутреннего диалога. Проблема эффективности тренинга. Изменения у участников тренинга. Применение психологического инструментария в качестве проверки эффективности психотерапевтической процедуры.

Работа с людьми, пережившими утрату. Группы поддержки ребенку в горе. Цель работы группы. Правила подбора группы. Две модели для работы в группе. Первое занятие: знакомство специально организованным способом; правила работы в группе; сообщение о цели работы группы; упражнение по теме «Горе» (рисование семьи с последующим обсуждением); ритуал окончания занятия. Второе занятие «Что произошло?». Рассказ ребенка о потере и реакциях на нее, психологическая информация, упражнение

«Мозговая атака: что изменилось?». Занятие третье и четвертое «Беседа о чувствах». Упражнения: «Изменение чувств с течением времени», «Чувства и маски». Занятие 5 «Воспоминания». Упражнения «Детали памяти», «Книга об умершем». Занятие шестое «Письмо». Занятие седьмое «Что помогает». Занятие восьмое: детская система поддержки, общая социальная работа. Занятие для родителей (опекунов). Информирование как основная цель занятия.

Группы поддержки взрослым в горе. Десять занятий группы поддержки. Занятие 1. Предварительные условия обеспечения атмосферы покоя. Цель занятия. Представление ведущего и знакомство, ритуал прощания. Занятие 2. Обсуждение ключевых факторов, определяющих горе; ритуал прощания. Занятие 3. Упражнения: «Мои новости», «Диаграмма моего настроения», «Что вы хотите изменить?». Домашнее задание «Журнал». Ритуал прощания. Занятие 4. Упражнение «Мои новости» (проверка домашнего задания). Процесс горевания. Ритуал прощания. Занятие 5. Упражнение «Мои новости» (прочтение записей в журнале). Обсуждение проблемы горя. Уяснение того, что у горя есть начало, цель и конец. Ритуал прощания. Занятие 6. Упражнение «Мои новости». Обсуждение горя по схеме, включающей симптомы горя (фрагментарная амнезия). О трудностях в отношениях с другими людьми. Ритуал прощания. Занятие 7. Упражнение «Мои новости». Обсуждение вопроса: «Кто за эту неделю был для меня важнейшим человеком?». Темы для обсуждения: «Проблемы с засыпанием или пробуждением», «Роль питания в восстановлении человека после горя». Ритуал прощания. Занятие 8. Упражнение «Мои новости» (обсуждение записей в журнале), упражнение «Письмо горю». Домашнее задание: «Письмо горю» и ответное письмо «от горя – Вам». Ритуал прощания. Занятие 9. Упражнение «Мои новости». Обсуждение домашнего задания. Упражнение на релаксацию. Ритуал прощания. Занятие 10. Упражнения «Мои новости», «Обратная связь», «Лучший друг – злейший враг». Ритуал прощания.

Тренинг «Исцеление от горя». Два этапа тренинга. Цель первого этапа: прояснение чувств утраты. Цель второго этапа: реорганизация и реориентация с целью поиска иных возможностей и новых направлений в жизни. Этап 1. «Работа с письмами». Овладение навыками релаксации и визуализации воображаемых предметов и событий как одна из задач. Упражнения (Ковалев, Фопель): «Исцеляющие письма», «Письмо, в котором я говорю тебе «спасибо», «Письмо умершему», «Послание небес», «Письмо из будущего» и др. Этап 2 «Исцеление». Избавление от фиксированных идей и нахождение новых ресурсных состояний. Техники: «Общее расфиксирование», «Работа с чувством потери», «Работа с чувством зависимости», «Автоматическое самоисцеление», «Изменение образа жизни», «Ресурсные состояния».

Тренинг по краткосрочной позитивной терапии. Краткосрочная позитивная психотерапия как терапия, фокусированная на решении.

Основные постулаты и принципы психотерапии, фокусированной на решении. Цель терапии. Метод 1. «Работа с проблемой». Техники: «Придумывание имен и ярлыков», «Работа с визитером», «Исследование взаимосвязи проблем», «Проблема как друг». Метод 2. «Работа с целью». Техники: «Знаки улучшения», «Оценка по шкале», «Создание положительных представлений о будущем», «Нахождение выгод от достижения цели», «Разубеждение». Метод 3. «Работа с ресурсами». Техники: «Выявление ресурсов клиента», «Ревизия прошлого», «Признание компетентности клиентов», «Шкала надежды» и др. Метод 4. «Работа с окружением». Техника «Распределение заслуг». Метод 5. «Работа с объяснениями». Техники: «Метавопросы», «Формирование объяснений».

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «КРИЗИСНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
 для специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь
 Дневная форма получения образования

Номер раздела, темы занятия	Название раздела, темы, учебного занятия, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Самостоятельная работа студентов (внеаудит.)	Методические пособия, средства обучения, оборудование	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	семинарские	практические	управляемая самостоятельная работа студента				
4 курс, 7 семестр									
1	Введение в кризисную психологию	2			2 с	8			
1.1	1. Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний. 2. Система основных понятий кризисной психологии.	2				4	Мультимедийная презентация, видео «Кризисы и их преодоление»	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
1.2	1. Основные понятия кризисной психологии: кризис, событие, кризисное событие. 2. Основные понятия кризисной психологии: экстремальная ситуация, психическая травма, переживание.				2 с	4	Пергаменщик, Л.А. Кризисная психология курс лекций	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Словарь терминов кризисной психологии

2	Стратегии преодоления психологической травмы			2	2 л	8			
2.1	1. Понятие психологического преодоления. 2. Способы психологического преодоления. 3. Проблема эффективности психологического преодоления.				2 л	4	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [3] Доп. [7], [12]	Доклады
2.2	1. Диагностика копинг-стратегий. 2. Анализ копинг-стратегий. 3. Рекомендации по развитию эффективных копинг-стратегий			2		4	Диагностические материалы	Осн. [1], [3] Доп. [7], [12]	Анализ диагностических материалов
3	Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии	2	2			8			
3.1	1. Основные положения экзистенциальной психологии. 2. Экзистенциальный анализ.	2				4	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Вопросы и ответы
3.2	3. Характеристика экзистенциальных тревог. 4. Взаимосвязь страха и тревоги. 5. Психотерапевтическая теория невротической тревоги.		2			4	Пергаменщик, Л.А. Кризисная психология: курс лекций	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Опрос
4	Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии	2	4	4		8			
4.1	1. Характеристика смысла. 2. Система ценностей осмысленной жизни. 3. Учение о свободе воли. 4. Экзистенциальный вакуум.	2				2	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
4.2	1. Характеристика смысла. 2. Система ценностей осмысленной жизни. 3. Учение о свободе воли.		2			2	Франкл, В. Человек в поисках смысла	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Опрос, доклады
4.3	4. Экзистенциальный вакуум. 5. Логотерапевтическая теория неврозов. 6. Методы помощи человеку в ситуации ноогенного невроза.		2			4	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Доклады, рейтинговая контрольная работа № 1

5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	2	4	4		8			
5.1	1. Классификация экстремальных ситуаций. 2. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.	2					Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Вопросы и ответы
5.2	1. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях. 2. Психогении в экстремальных ситуациях.		2			2	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Опрос
5.3	1. Понятие терроризма и его основные характеристики. 2. Взрывы. 3. Захват заложников. 4. Психологические и социальные последствия терроризма.		2			2	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Доклады
5.4	1. Техники экстренной психологической помощи при бреде и галлюцинациях, апатии и ступоре. 2. Техники экстренной психологической помощи при двигательном возбуждении и агрессии. 3. Техники экстренной психологической помощи при страхе, плаче, истерике и нервной дрожи.			2		2	Показ техник экстренной психологической помощи	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Анализ техник экстренной психологической помощи
5.5	1. Помощь взрослым в экстремальных ситуациях (насилии), связанных с угрозой для жизни. 2. Помощь детям в экстремальных ситуациях (насилии), связанных с угрозой для жизни. 3. Работа психолога в экстремальных ситуациях, связанных с сексуальным насилием. Помощь детям, школьникам и взрослым.			2		2	Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях, рекомендации для детей и взрослых	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [6], [8], [11]	Анализ рекомендаций для детей и взрослых
6	Кризисы утраты	2	2	4		8			
6.1	1. Общая характеристика переживания детьми горя. 2. Фазы детского горя. 3. Возрастные особенности переживания горя. 4. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.	2				2	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Дискуссия

6.2	1. Общая характеристика переживания детьми горя. 2. Фазы детского горя. 3. Возрастные особенности переживания горя. 4. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.		2			2	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Опрос, доклады
6.3	1. Методические основы краткосрочной кризисной психологической помощи в совладании с переживанием утраты близкого детьми, подростками и взрослыми. 1.1 Метод серийных рисунков и рассказов. 1.2 Техники, сопряженные с методом серийных рисунков и рассказов. 2. Консультирование клиента, пережившего утрату. 3. Анализ клинических случаев.			2		2	Никольская, И.М. Кризисная психологическая помощь в совладании с переживанием утраты близкого	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Анализ клинических случаев
6.4	1. Работа Республиканского центра психологической помощи по оказанию помощи в ситуации кризиса утраты. 1.1 Работа со взрослыми. 1.2 Работа с детьми и подростками.			2		2	Материалы Республиканского центра психологической помощи	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Анализ работы Республиканского центра психологической помощи
7	Семейные кризисы и развод как утрата семьи			2	2 л	8			
7.1	1. Понятие семейных кризисов. 2. Особенности переживания развода. 3. Фазы адаптации детей после развода.				2 л	4	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [2],[3] Доп. [8], [11]	Доклады
7.2	1. Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей. 2. Работа педагога-психолога со взрослыми, переживающими развод.			2		4	Осипова, А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях	Осн. [1], [2],[3] Доп. [8], [11]	Тренинги
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	4	4	4		10			
8.1	1. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).	2				2	Мультимедийная	Осн. [1], [3]	Дискуссия

	2. История создания теории ПТСР. 3. Этиология ПТСР.						презента- ция	Доп. [11], [12]	
8.2	4. Симптоматика ПТСР. 5. Эпидемиология. 6. Анализ методов диагностики ПТСР. 7. Травматический стресс и крушение базовых иллюзий.	2				2	Мульти- медийная презента- ция	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Вопросы и ответы
8.3	1. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). 2. История создания теории ПТСР. 3. Симптоматика ПТСР.		2			2	Малкина- Пых, И.Г. Психологи- ческая помощь в кризисных ситуациях	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Доклады
8.4	1. Проблема формирования ответственности в посттравматической ситуации. 2. Психологические последствия продолжительных издевательств в раннем, дошкольном, подростковом и юношеском возрасте. 2.1 Симптоматика последствий продолжительных издевательств. 2.2 Характерологические последствия продолжительного жестокого обращения.		2			2	Мульти- медийные презента- ции	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Блиц-опрос, рейтинговая контрольная работа № 2
8.5	1. Методы диагностики ПТСР. 2. Анализ результатов диагностики. 3. Рекомендации.			2			Диагнос- тические материалы	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Анализ результатов диагностики
8.6	1. Консультирование жертв семейного насилия. 2. Консультирование жертв сексуального насилия. 3. Консультирование детей – жертв насилия.			2		2	Рекомен- дации	Осн. [1], [3], [5] Доп. [11], [12]	Анализ рекоменда- ций
9	Стратегия и методология отсроченной психологической помощи	4	4	4		10			
9.1	1. Принципы психологической помощи. 2. Общие подходы к психотерапии ПТСР. 3. Специальные методы коррекции и их использование в работе СППС. 3.1 Психологический дебрифинг.	2				2	Мульти- медийная презента- ция	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия

	3.2 Аутодебрифинг. 3.3 Психобиографический дебрифинг.								
9.2	4. Сущность стратегического (превентивного) подхода. 5. Психологическое просвещение. 5.1 Основные направления и принципы психологического просвещения. 5.2 Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы».	2				2	Мульти-медийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [10], [12]	Вопросы и ответы
9.3	1. Принципы психологической помощи. 2. Общие подходы к психотерапии ПТСР. 3. Сущность стратегического (превентивного) подхода. 4. Психологическое просвещение.		2			2	Мульти-медийные презентации	Осн. [1], [3] Доп. [10], [12]	Опрос, доклады
9.4	1. Общие методы коррекции и их использование в работе СППС. 1.1 Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз (ДПДГ). 1.2 Гештальт-терапия. 1.3 Когнитивно-поведенческая психотерапия. 1.4 Символ-драма. 1.5 Семейная психотерапия. 1.6 Нейролингвистическое программирование.		2			2	Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Доклады, рейтинговая контрольная работа № 3
9.5	1. Разработка буклетов «В помощь детям катастрофы». 2. Анализ буклетов.			2			Буклеты	Осн. [1], [3] Доп. [10], [12]	Анализ буклетов
9.6	1. Специальные методы коррекции и их использование в работе СППС. 1.1 Психологический дебрифинг. 1.2 Аутодебрифинг. 1.3 Психобиографический дебрифинг.			2		2	Пергаменщик, Л.А. Кризисная психология курс лекций	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Упражнения
10	Суицидальное поведение	4	4	4		10			
10.1	1. Понятие суицидального поведения. 2. Теоретические основания суицидального поведения.	2				2	Мульти-медийная презентация	Осн. [1],[3] Доп. [7], [9]	Дискуссия

10.2	3. Факторы суицидального риска. 4. Индикаторы суицидального риска.	2					Мульти-медийная презентация, видео «Что такое депрессия?»	Осн. [1], [3] Доп. [7], [9]	Вопросы и ответы
10.3	1. Понятие суицидального поведения. 2. Теоретические основания суицидального поведения.		2			2	Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях	Осн. [1], [3] Доп. [7], [9]	Доклады
10.4	3. Факторы суицидального риска. 4. Индикаторы суицидального риска.		2			2	Мульти-медийные презентации	Осн. [1], [3] Доп. [7], [9]	Опрос
10.5	1. Консультирование суицидальных клиентов. 2. Консультирование уцелевших после самоубийства. Поддержка для консультанта. 3. Работа Республиканского центра психологической помощи с суицидальными клиентами.			2		2	Рекомендации	Осн. [1], [3] Доп. [5], [9]	Анализ рекомендаций
10.6	1. Групповая кризисная психотерапия и ее использование в работе с детьми, подростками и взрослыми. 2. Реориентационный тренинг. 2.1 Теоретические основы реориентационного тренинга. 2.2 Этапы тренинга.			2		2	Тест Дж. Роттера, программа тренинга	Осн. [1], [3] Доп. [5], [9]	Опрос, анализ результатов диагностики, упражнения
11	Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки			6	2 с	10			
11.1	1. Общая характеристика метода «группа поддержки». 2. Группы поддержки ребенку в горе. Группы поддержки взрослым в горе. 3. Работа педагога-психолога с детьми и подростками – жертвами насилия.				2 с	4	Мульти-медийные презентации	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Доклады

	4. Работа педагога-психолога со взрослыми – жертвами насилия. 5. Работа педагога-психолога с детьми и подростками, пережившими утрату. 6. Работа педагога-психолога со взрослыми, пережившими утрату.								
11.2	1. Тренинг по ритмо-двигательной терапии для женщин, переживших насилие. 2. Групповая психотерапия с детьми – жертвами насилия - в работе педагога-психолога.			2		2	Программы тренингов	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Тренинги
11.3	3. Тренинг с детьми, пережившими сексуальное насилие. 4. Программа преодоления психических травм детства.			2		2	Программы тренингов	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Тренинги
11.4	1. Тренинг «Исцеление от горя». 2. Тренинг по краткосрочной позитивной терапии.			2		2	Программы тренингов	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Тренинги
	Количество часов	22	24	30	8				экзамен
	Всего аудиторных / внеаудиторных	84				96			

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
 «КРИЗИСНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
 для специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь
 Заочная форма получения образования

Номер раздела, темы занятия	Название раздела, темы, учебного занятия, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Методические пособия, средства обучения, оборудование	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	практические (семинарские) занятия	лабораторные занятия	управляемая самостоятельная работа студента			
4 курс, 8 семестр								
1	Введение в кризисную психологию	2						
1.1	1. Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний. 2. Система основных понятий кризисной психологии.	2				Мультимедийная презентация, видео «Кризисы и их преодоление»	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
3	Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии	2						
3.1	1. Основные положения экзистенциальной психологии. 2. Экзистенциальный анализ.	2				Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Вопросы и ответы

4	Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии	2						
4.1	1. Характеристика смысла. 2. Система ценностей осмысленной жизни. 3. Учение о свободе воли. 4. Экзистенциальный вакуум.	2				Мульти-медийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	2						
5.1	1. Классификация экстремальных ситуаций. 2. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.	2				Мульти-медийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Вопросы и ответы
6	Кризисы утраты		2					
6.1	1. Общая характеристика переживания детьми горя. 2. Фазы детского горя. 3. Возрастные особенности переживания горя. 4. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.		2			Мульти-медийные презентации	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Опрос, доклады
7	Семейные кризисы и развод как утрата семьи		2					
7.1	1. Понятие семейных кризисов. 2. Особенности переживания развода. 3. Фазы адаптации детей после развода. 4. Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей. 5. Работа педагога-психолога с родителями, переживающими развод.		2			Буклеты для родителей	Осн. [1], [2],[3] Доп. [8], [11]	Доклады, упражнения, анализ буклетов
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	2						
8.1	1. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. 2. История создания теории ПТСР. 3. Этиология. 4. Симптоматика.	2				Мульти-медийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия

	5. Эпидемиология. 6. Анализ методов диагностики.							
9	Стратегия и методология отсроченной психологической помощи		2					
9.1	1. Принципы психологической помощи. 2. Общие подходы к психотерапии ПТСР. 3. Специальные методы коррекции. 3.1 Психологический дебрифинг. 3.2 Аутодебрифинг. 3.3 Психобиографический дебрифинг. 4. Сущность стратегического (превентивного) подхода. 5. Психологическое просвещение. 5.1 Основные направления и принципы психологического просвещения. Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы».		2			Буклеты	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Доклады, опрос, анализ буклетов
10	Суицидальное поведение		2					
10.1	1. Понятие суицидального поведения. 2. Теоретические основания суицидального поведения. 3. Факторы суицидального риска. 4. Работа Республиканского центра психологической помощи с суицидальными клиентами.		2			Мульти-медийные презентации, видео «Что такое депрессия?»	Осн. [1],[3] Доп. [7], [9]	Доклады
11	Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки		2					
11.1	1. Общая характеристика метода «группа поддержки». 2. Группы поддержки ребенку в горе. Группы поддержки взрослым в горе. 3. Работа педагога-психолога с детьми и подростками – жертвами насилия. 4. Работа педагога-психолога со взрослыми – жертвами насилия. 5. Работа педагога-психолога с детьми и подростками, пережившими утрату.		2			Мульти-медийные презентации	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Тренинги
	Количество часов	10	10					экзамен
	Всего аудиторных / внеаудиторных		20					

УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «КРИЗИСНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»
 для специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика
 Дневная форма получения образования

Номер раздела, темы занятия	Название раздела, темы, учебного занятия, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Самостоятельная работа студентов (внеаудит.)	Методические пособия, средства обучения, оборудование	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	семинарские	практические	управляемая самостоятельная работа студента				
3 курс, 6 семестр									
1	Введение в кризисную психологию	2				4			
1.1	1. Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний. 2. Система основных понятий кризисной психологии.	2				4	Мультимедийная презентация, видео «Кризисы и их преодоление»	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
2	Стратегии преодоления психологической травмы			2	2 л	4			
2.1	1. Понятие психологического преодоления. 2. Способы психологического преодоления. 3. Проблема эффективности психологического преодоления.				2 л	2	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [3] Доп. [7], [12]	Доклады

2.2	1. Диагностика копинг-стратегий. 2. Анализ копинг-стратегий. 3. Рекомендации по развитию эффективных копинг-стратегий			2		2	Диагностические материалы	Осн. [1], [3] Доп. [7], [12]	Анализ диагностических материалов
3	Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии	2				4			
3.1	1. Основные положения экзистенциальной психологии. 2. Экзистенциальный анализ. 3. Характеристика экзистенциальных тревог. 4. Взаимосвязь страха и тревоги. 5. Психотерапевтическая теория невротической тревоги.	2				4	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Вопросы и ответы
4	Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии	2				4			
4.1	1. Характеристика смысла. 2. Система ценностей осмысленной жизни. 3. Учение о свободе воли. 4. Экзистенциальный вакуум. 5. Логотерапевтическая теория неврозов. 6. Методы помощи человеку в ситуации ноогенного невроза.	2				4	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	2		4		6			
5.1	1. Классификация экстремальных ситуаций. 2. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях. 3. Психогении в экстремальных ситуациях. 4. Понятие терроризма и его основные характеристики. 5. Взрывы. Захват заложников. 6. Психологические и социальные последствия терроризма.	2				2	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Вопросы и ответы
5.2	1. Техники экстренной психологической помощи при бреде и галлюцинациях, апатии и ступоре. 2. Техники экстренной психологической помощи при двигательном возбуждении и агрессии. 3. Техники экстренной психологической помощи при страхе, плаче, истерике и нервной дрожи.			2		2	Показ техник экстренной психологической помощи	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Анализ техник экстренной психологической помощи, рейтинговая контрольная работа № 1

5.3	1. Помощь взрослым в экстремальных ситуациях (насилии), связанных с угрозой для жизни. 2. Помощь детям в экстремальных ситуациях (насилии), связанных с угрозой для жизни. 3. Работа психолога в экстремальных ситуациях, связанных с сексуальным насилием. Помощь детям, школьникам и взрослым.			2		2	Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях, рекомендации для детей и взрослых	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [6], [8], [11]	Анализ рекомендаций для детей и взрослых
6	Кризисы утраты	2		4		6			
6.1	1. Общая характеристика переживания детьми горя. 2. Фазы детского горя. 3. Возрастные особенности переживания горя. 4. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.	2				2	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Дискуссия
6.2	1. Методические основы краткосрочной кризисной психологической помощи в совладании с переживанием утраты близкого детьми, подростками и взрослыми. 1.1 Метод серийных рисунков и рассказов. 1.2 Техники, сопряженные с методом серийных рисунков и рассказов. 2. Консультирование клиента, пережившего утрату. 3. Анализ клинических случаев.			2		2	Никольская, И.М. Кризисная психологическая помощь в совладании с переживанием утраты близкого	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Анализ клинических случаев
6.3	1. Работа Республиканского центра психологической помощи по оказанию помощи в ситуации кризиса утраты. 1.3 Работа со взрослыми. 1.4 Работа с детьми и подростками.			2		2	Материалы Республиканского центра психологической помощи	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Анализ работы Республиканского центра психологической помощи
7	Семейные кризисы и развод как утрата семьи			2	2 л	6			
7.1	1. Понятие семейных кризисов. 2. Особенности переживания развода. 3. Фазы адаптации детей после развода.				2 л	4	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [2],[3] Доп.	Доклады

								[8], [11]	
7.2	1. Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей. 2. Работа педагога-психолога со взрослыми, переживающими развод.			2		2	Осипова, А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях	Осн. [1], [2],[3] Доп. [8], [11]	Тренинги, рейтинговая контрольная работа № 2
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	4		4		10			
8.1	1. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). 2. История создания теории ПТСР. 3. Этиология ПТСР. 4. Симптоматика ПТСР. 5. Эпидемиология.	2				2	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
8.2	6. Анализ методов диагностики ПТСР. 7. Травматический стресс и крушение базовых иллюзий. 8. Проблема формирования ответственности в посттравматической ситуации. 9. Психологические последствия продолжительных издевательств в раннем, дошкольном, подростковом и юношеском возрасте.	2				2	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Вопросы и ответы
8.3	1. Методы диагностики ПТСР. 2. Анализ результатов диагностики. 3. Рекомендации.			2		2	Диагностические материалы	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Анализ результатов диагностики
8.4	1. Консультирование жертв семейного насилия. 2. Консультирование жертв сексуального насилия. 3. Консультирование детей – жертв насилия.			2		4	Рекомендации	Осн. [1], [3], [5] Доп. [11], [12]	Анализ рекомендаций
9	Стратегия и методология отсроченной психологической помощи	4		2	2 пр	10			
9.1	1. Принципы и правила оказания отсроченной психологической помощи 2. Общие подходы к психотерапии ПТСР. 3. Специальные методы коррекции и их использование в работе СППС.	2				2	Мультимедийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия

	3.1 Психологический дебрифинг. 3.2 Аутодебрифинг. 3.3 Психобиографический дебрифинг.								
9.2	4. Сущность стратегического (превентивного) подхода. 5. Психологическое просвещение. 5.1 Основные направления и принципы психологического просвещения. 5.2 Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы».	2				2			
9.2	1. Общие методы коррекции и их использование в работе СППС. 1.1 Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз (ДПДГ). 1.2 Гештальт-терапия. 1.3 Когнитивно-поведенческая психотерапия. 1.4 Символ-драма. 1.5 Семейная психотерапия. 1.6 Нейролингвистическое программирование.				2 пр	4	Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Доклады
9.3	1. Специальные методы коррекции и их использование в работе СППС. 1.1 Психологический дебрифинг. 1.2 Аутодебрифинг. 1.3 Психобиографический дебрифинг. 2. Разработка буклетов «В помощь детям катастрофы». Анализ буклетов.			2		2	Пергаменщик, Л.А. Кризисная психология курс лекций	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Упражнения
10	Суицидальное поведение	2		4		6			
10.1	1. Понятие суицидального поведения. 2. Теоретические основания суицидального поведения. 3. Факторы суицидального риска. 4. Индикаторы суицидального риска.	2				2	Мультимедийная презентация, видео «Что такое депрессия?»	Осн. [1],[3] Доп. [7], [9]	Дискуссия
10.5	1. Консультирование суицидальных клиентов. 2. Консультирование уцелевших после самоубийства. Поддержка для консультанта. 3. Работа Республиканского центра психологической помощи с			2		2	Рекомендации	Осн. [1], [3] Доп. [5], [9]	Анализ рекомендаций

	суицидальными клиентами.								
10.6	1. Групповая кризисная психотерапия и ее использование в работе с детьми, подростками и взрослыми. 2. Реориентационный тренинг. 2.1 Теоретические основы реориентационного тренинга. 2.2 Этапы тренинга.			2		2	Тест Дж. Роттера, программа тренинга	Осн. [1], [3] Доп. [5], [9]	Опрос, анализ результатов диагностики, упражнения
11	Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки			4	2 пр	6			
11.1	1. Общая характеристика метода «группа поддержки». 2. Группы поддержки ребенку в горе. Группы поддержки взрослым в горе. 3. Работа педагога-психолога с детьми и подростками – жертвами насилия. 4. Работа педагога-психолога со взрослыми – жертвами насилия. 5. Работа педагога-психолога с детьми и подростками, пережившими утрату. 6. Работа педагога-психолога со взрослыми, пережившими утрату.				2 пр	4	Мультимедийные презентации	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Доклады
11.2	1. Тренинг по ритмо-двигательной терапии для женщин, переживших насилие. 2. Групповая психотерапия с детьми – жертвами насилия - в работе педагога-психолога.			2		2	Программы тренингов	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Тренинги
11.3	1. Тренинг с детьми, пережившими сексуальное насилие. 2. Программа преодоления психических травм детства. 3. Тренинг «Исцеление от горя». 4. Тренинг по краткосрочной позитивной терапии.			2		2	Программы тренингов	Осн. [1], [2], [3], [4] Доп. [8], [12]	Тренинги
	Количество часов	20		26	8				экзамен
	Всего аудиторных / внеаудиторных			54		66			

**УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКАЯ КАРТА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«КРИЗИСНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

для специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика
Заочная форма получения образования

Номер раздела, темы занятия	Название раздела, темы, учебного занятия, перечень изучаемых вопросов	Количество аудиторных часов				Методические пособия, средства обучения, оборудование	Литература	Формы контроля знаний
		лекции	практические (семинарские) занятия	лабораторные занятия	управляемая самостоятельная работа студента			
4 курс, 7 семестр								
1	Введение в кризисную психологию	2						
1.1	1. Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний. 2. Система основных понятий кризисной психологии.	2				Мульти-медийная презентация, видео «Кризисы и их преодоление»	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	2						
5.1	1. Классификация экстремальных ситуаций. 2. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.	2				Мульти-медийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [6], [11]	Вопросы и ответы
6	Кризисы утраты		2					

6.1	1. Общая характеристика переживания детьми горя. 2. Фазы детского горя. 3. Возрастные особенности переживания горя. 4. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.		2			Мульти-медийные презентации	Осн. [1], [2],[3], [4] Доп. [8], [11]	Опрос, доклады
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	2						
8.1	1. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. 2. История создания теории ПТСР. 3. Этиология. 4. Симптоматика. 5. Эпидемиология. 6. Анализ методов диагностики.	2				Мульти-медийная презентация	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Дискуссия
9	Стратегия и методология отсроченной психологической помощи		2					
9.1	1. Принципы и правила оказания отсроченной психологической помощи. 2. Общие подходы к психотерапии ПТСР. 3. Специальные методы коррекции. 3.1 Психологический дебрифинг. 3.2 Аутодебрифинг. 3.3 Психобиографический дебрифинг. 4. Сущность стратегического (превентивного) подхода. 5. Психологическое просвещение. 5.1 Основные направления и принципы психологического просвещения. Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы».		2			Буклеты	Осн. [1], [3] Доп. [11], [12]	Доклады, опрос, анализ буклетов
10	Суицидальное поведение		2					
10.1	1. Понятие суицидального поведения. 2. Теоретические основания суицидального поведения. 3. Факторы суицидального риска. 4. Работа Республиканского центра психологической помощи с суицидальными клиентами.		2			Мульти-медийные презентации, видео «Что такое депрессия?»	Осн. [1],[3] Доп. [7], [9]	Доклады
	Количество часов	6	6					экзамен (8 семестр)
	Всего аудиторных / внеаудиторных		12					

ИНФОРМАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКАЯ ЧАСТЬ

ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

1. Бондарчук, Е. В. Кризисная психология [Электронный ресурс]: учеб.-метод. комплекс для специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь / Е. В. Бондарчук // Репозиторий БГПУ. – Режим доступа: <https://elib.bspu.by/handle/doc/46962>. – Дата доступа: 24.11.2023.
2. Кортасова, Е. Г. Психологическая помощь подростку в кризисной ситуации: из опыта работы / Е. Г. Кортасова. – Гродно: Гродн. обл. ин-т развития образования, 2020. – 122 с.
3. Кризисная психология [Электронный ресурс] : учеб.-метод. комплекс для специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь / сост. Е. В. Бондарчук // СДО Moodle / Белорус. гос. пед. ун-т. – Режим доступа: <https://bspu.by/moodle/course/view.php?id=2527>. – Дата доступа: 20.11.2023.
4. Мельник, О. А. Мое психологическое благополучие и помощь сверстникам в кризисной ситуации: пособие для педагогов учреждений общ. сред. образования с белорус. и рус. яз. обучения / О. А. Мельник, Н. В. Смирнова, В. А. Хриптович; Акад. последиплом. образования. – Минск: АПО, 2022. – 154 с.

Дополнительная литература

5. Камалетдинова, З. Ф. Психологическое консультирование: когнитивно-поведенческий подход: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. направлениям / З. Ф. Камалетдинова, Н. В. Антонова. – 2-е изд. – М.:Юрайт, 2022. – 210 с.
6. Каменская, Е. Н. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации: учеб. пособие / Е. Н. Каменская; Юж. федер. ун-т. – Ростов н/Д.: ЮФУ, 2017. – 112 с.
7. Либина, А. В. Психология совладания: учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по гуманитар. и мед. направлениям и специальностям / А. В. Либина; Рос. гос. гуманитар. ун-т. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.:Юрайт, 2022. – 317 с.
8. Мельник, О. А. Мое психологическое благополучие и помощь сверстникам в кризисной ситуации: рабочая тетр. / О. А. Мельник, Н. В. Смирнова, В. А. Хриптович; Акад. последиплом. образования. – Минск: АПО, 2022. – 73 с.
9. Старшенбаум, Г. В. Суицидология и кризисная психотерапия / Г. В. Старшенбаум. – М.:Когито-Центр, 2018. – 376 с.

10. Хриптович, В. А. Направленная социализация личности обучающихся в русле превентологии : учеб.-метод. пособие / В. А. Хриптович. – Минск:Респ. ин-т высш. шк., 2020. – 327 с.

11. Хрусталева, Н. С. Психология кризисных и экстремальных ситуаций / Н. С. Хрусталева ; С.-Петербур. гос. ун-т. – СПб.: СПбГУ, 2022. – 748 с.

12. Шарапов, А. О. Кризисная психология: учеб. пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. И. Шех. – 2-е изд., испр. и доп. – М.:Юрайт, 2022. – 538 с.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ И ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа – это форма организации учебного процесса, направленная на активизацию учебно-познавательной деятельности, формирование у студентов умений и навыков самостоятельного приобретения, обобщения и применения знаний при методическом руководстве и контроле преподавателя.

Самостоятельная работа студентов по учебной дисциплине «Кризисная психология» может осуществляться в различных формах. Время, отведенное на самостоятельную работу, может использоваться на:

- подготовку к лекциям и практическим занятиям;
- подготовку к зачету по учебной дисциплине;
- проработку тем (вопросов), вынесенных на самостоятельное изучение;
- выполнение творческих заданий;
- подготовку тематических докладов, презентаций;
- выполнение практических заданий;
- конспектирование учебной литературы;
- составление тематической подборки литературных и интернет-источников;
- оформление информационных и демонстрационных материалов.

В целях развития социально-психологических компетенций студентов, их профессионально-педагогической компетентности, мыслительной деятельности и воспитания познавательной активности может быть предложена подготовка информационно-творческих проектов в микрогруппах сменного состава. Данная форма развивает умения работы с информацией, взаимодействия в команде, аргументации в дискуссии, планирования деятельности.

Презентация рассматривается как **устный доклад студента на определенную тематику, сопровождаемый мультимедийной компьютерной презентацией**. Презентация как аудиовизуальный формат представления информации становится в последние годы все более и более популярным. Современный специалист, не владеющий навыками подготовки презентаций и выступления с ними, не является конкурентоспособным. Особое внимание при подготовке презентации необходимо уделить тому, что центром внимания во время презентации должен стать сам докладчик и его речь, а не надписи мелким шрифтом на слайдах.

Важным умением студента является составление структурно-логических схем для визуализации учебного материала; необходимо вычлнить основные понятия, установить между ними смысловые связи.

Подготовка учебного реферата закладывает у студентов основы культуры научной деятельности: проблемно-тематическое изложение

материала позволяет, с одной стороны, показать различные точки зрения, а с другой – изложить собственные взгляды на проблему.

Для практико-ориентированной подготовки студентов важной формой работы является метод «кейс-стади» – изучение явлений на основе конкретных ситуаций, предполагающее представление реальной ситуации студентам, осмысление её содержания и предложение комплекса мер по её решению. Применение данного метода как формы самостоятельной работы формирует у студентов компетенции аналитические (умение дифференцировать объекты информации, категоризировать по степени важности, информативности, классифицировать, обобщать разрозненную информацию) и практические (ориентированы на актуализацию определенного комплекса знаний и навыков).

Контроль выполнения самостоятельной работы и диагностика уровня знаний студентов может осуществляться в рамках практических занятий, с помощью тестов учебных достижений, фронтальных опросов, управляемых дискуссий, контрольных работ, защиты творческих проектов и презентаций, экзамена.

1. Преподаватель:

- отвечает за планирование, организацию и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов;
- доводит до сведения студентов выделенные на самостоятельное изучение темы дисциплины;
- разрабатывает контрольные задания, подбирает источники литературы;
- знакомит с требованиями по форме и срокам выполнения заданий;
- проводит индивидуальные консультации;
- осуществляет контроль выполнения самостоятельной работы.

2. Студент должен:

- ознакомиться с темой, перечнем вопросов (заданий), подлежащих изучению (выполнению) и планом изложения материала;
- ознакомиться с требованиями по форме и срокам выполнения заданий, а также по форме их контроля;
- изучить рекомендованные источники литературы, проанализировать, обобщить и законспектировать материал согласно плану (выполнить задание);
- представить выполненную работу согласно срокам и форме контроля.

3. Требования к форме и срокам выполнения самостоятельной работы студентов:

- все контрольные вопросы по теме дисциплины должны быть раскрыты согласно предложенному плану;
- задание должно быть выполнено по предложенной тематике и форме;
- обучающийся обязан выполнить все установленные учебной программой задания по самостоятельной работе.

Невыполнение заданий расценивается как невыполнение учебной программы – студенты не допускаются к промежуточной форме контроля по учебной дисциплине (экзамену).

ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ И КОНТРОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

для специальности 1–03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая
помощь

Лекция УСРС 1

Тема 2. Стратегии преодоления психологической травмы

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Понятие психологического преодоления.
2. Способы психологического преодоления.
3. Проблема эффективности психологического преодоления.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 10 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по подготовленному вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 15 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 20 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу (не менее 5 источников).
3. Вставить в презентацию введение и заключение.

Форма контроля: доклады с мультимедийной презентацией.

Лекция УСРС 2

Тема 7. Семейные кризисы и развод как утрата семьи

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Понятие семейных кризисов.
2. Особенности переживания развода.
3. Фазы адаптации детей после развода.

4. Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 10 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по подготовленному вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 15 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 20 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу (не менее 5 источников).
3. Вставить в презентацию введение и заключение.

Форма контроля: доклады с мультимедийной презентацией.

Семинар УСРС 1

Тема 1. Введение в кризисную психологию

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Основные понятия кризисной психологии: кризис. Событие, кризисное событие.
2. Основные понятия кризисной психологии: экстремальная ситуация, психическая травма, переживание.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Составить словарь терминов кризисной психологии (не менее 10).
2. Подготовить доклад с презентацией, содержащий интерпретацию данных понятий.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Составить словарь терминов кризисной психологии (не менее 15).
2. Подготовить доклад с презентацией, содержащий интерпретацию данных понятий.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Составить словарь терминов кризисной психологии (не менее 20).

2. Подготовить доклад с презентацией, содержащий интерпретацию данных понятий.

Форма контроля: словарь терминов.

Семинар УСРС 2

Тема 11. Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Общая характеристика метода «группа поддержки».
2. Группы поддержки ребенку в горе. Группы поддержки взрослым в горе.
3. Работа педагога-психолога с детьми и подростками – жертвами насилия.
4. Работа педагога-психолога со взрослыми – жертвами насилия.
5. Работа педагога-психолога с детьми и подростками, пережившими утрату.
6. Работа педагога-психолога со взрослыми, пережившими утрату.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 3).
2. Провести упражнения с группой.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 5).
2. Провести упражнения с группой.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 7).
2. Провести упражнения с группой.

Форма контроля: упражнения.

**ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ЗАДАНИЙ
И КОНТРОЛЬНЫХ МЕРОПРИЯТИЙ
УПРАВЛЯЕМОЙ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ
для специальности 1–03 04 01 Социальная педагогика**

Лекция УСРС 1

Тема 2. Стратегии преодоления психологической травмы

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Понятие психологического преодоления.
2. Способы психологического преодоления.
3. Проблема эффективности психологического преодоления.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 10 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по подготовленному вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 15 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 20 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу (не менее 5 источников).
3. Вставить в презентацию введение и заключение.

Форма контроля: доклады с мультимедийной презентацией.

Лекция УСРС 2

Тема 7. Семейные кризисы и развод как утрата семьи

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Понятие семейных кризисов.
2. Особенности переживания развода.
3. Фазы адаптации детей после развода.
4. Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 10 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по подготовленному вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 15 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Подготовить доклад с презентацией по одному из вопросов (не менее 20 слайдов).
2. Вставить в презентацию ключевые слова и список литературы по вопросу (не менее 5 источников).
3. Вставить в презентацию введение и заключение.

Форма контроля: доклады с мультимедийной презентацией.

Практическое / УСРС 1

Тема 9. Стратегия и методология отсроченной психологической помощи

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Общие методы коррекции и их использование в работе СППС
 - 1.1 Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз (ДПДГ).
 - 1.2 Гештальт-терапия.
 - 1.3 Когнитивно-поведенческая психотерапия.
 - 1.4 Символ-драма.
 - 1.5 Семейная психотерапия.
 - 1.6 Нейролингвистическое программирование.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

1. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 3).
2. Провести упражнения с группой.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

1. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 5).
2. Провести упражнения с группой.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

1. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 7).
2. Провести упражнения с группой.

Форма контроля: упражнения.

Практическое / УСРС 2

Тема 11. Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки

Вопросы для самостоятельного изучения

1. Общая характеристика метода «группа поддержки».
2. Группы поддержки ребенку в горе. Группы поддержки взрослым в горе.
3. Работа педагога-психолога с детьми и подростками – жертвами насилия.
4. Работа педагога-психолога со взрослыми – жертвами насилия.
5. Работа педагога-психолога с детьми и подростками, пережившими утрату.
6. Работа педагога-психолога со взрослыми, пережившими утрату.

Задания, формирующие достаточные знания по изученному учебному материалу на уровне узнавания

3. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 3).
4. Провести упражнения с группой.

Задания, формирующие компетенции на уровне воспроизведения

3. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 5).
4. Провести упражнения с группой.

Задания, формирующие компетенции на уровне применения полученных знаний

3. Подготовить упражнения по одному из вопросов (не менее 7).
4. Провести упражнения с группой.

Форма контроля: упражнения.

ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

для специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая
помощь

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1	Введение в кризисную психологию	8		
1.1	Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний.	4	Изучить историю становления и развития кризисной психологии в отечественной и зарубежной науке.	План-конспект с представлением этапов становления и развития кризисной психологии. Лента времени с указанием основных весомых событий развития кризисной психологии и имен психологов, причастных к развитию кризисной психологии
1.2	Система основных понятий кризисной психологии.	4	Представить в таблице основные понятия кризисной психологии и их содержание: экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, кризисная ситуация; субъекта чрезвычайной ситуации психологическая травма, переживание	Таблица «Основные понятия кризисной психологии, их авторы и школы возникновения»
2	Стратегии преодоления психологической травмы	8		
2.1	Понятие психологического преодоления, способы	4	Изучить феноменология преодоления психологической травмы Представить в таблице способы психологического преодоления травматичного опыта	Таблица «Способы психологического преодоления травмы»
2.2	Диагностика копинг-	4	Психологическая	Виды копинг

	стратегий, анализ и рекомендации по развитию эффективных		концепция «копинг-стратегий»	стратегий и их суть
3.	Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии	8		
3.1.	Основные положения экзистенциальной психологии, экзистенциальный анализ	4	Изучить специфику экзистенциальной психологии, ее методологию и приемы оказания помощи	Подготовка схемы Понятия, методы и приемы оказания помощи личности в экзистенциальной психологии»
3.2.	Характеристика экзистенциальных тревог, взаимосвязь страха и тревоги; психотерапевтическая теория невротической тревоги.	4	Исследовать вариативность проявления экзистенциальной тревоги, невротической тревоги	Таблица «Сравнительный анализ экзистенциальной и невротической тревоги»
4.	Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии	8		
4.1.	Характеристика смысла и система ценностей осмысленной жизни. Учение о свободе воли. экзистенциальный вакуум.	2	Изучить историю зарождения направления Логотерапии.	Сообщение «История логотерапии. Основные понятия»
4.2.	Характеристика смысла. Система ценностей осмысленной жизни. Учение о свободе воли	2	Составить перечень ценностей осмысленной жизни.	Подготовиться к дискуссии «Осмысленность жизни и свобода воли»
4.3	Экзистенциальный вакуум. Логотерапевтическая теория неврозов. Методы помощи человеку в ситуации ноогенного невроза.	4	Изучить признаки и экзистенциального вакуума, методы логотерапии в его преодолении	Памятка «Симптомы экзистенциального вакуума и пути его преодоления».
5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	8		
5.1-5.2	Классификация экстремальных	2	Рассмотреть основные классы экстремальных	Памятки по оценке психологической

	ситуаций. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях. Психогении в экстремальных ситуациях		ситуаций, дифференцировать специфику оказания психологической помощи при них	безопасности личности в семье
5.3	Понятие терроризма и его основные характеристики. Взрывы. Захват заложников. Психологические и социальные последствия терроризма.	2	Изучить опыт оказания психологической помощи в условиях терактов. Определить общий алгоритм работы психолога	Памятка «Работа психолога с разными категориями участников теракта. Своеобразие психологической помощи: экстренной и отсроченной
5.4	Техники допсихологической помощи при разных нарушениях: бред, галлюцинация, ступор, возбуждение и агрессия, нервная дрожь и истерика	2	Изучить специфику оказания допсихологической помощи	Памятка или буклет «Допсихологическая помощь в очаге экстремальной ситуации»
5.5	Помощь взрослым и детям в экстремальных ситуациях (насилии), связанных с угрозой для жизни. Работа психолога в экстремальных ситуациях, связанных с сексуальным насилием. Помощь детям, школьникам и взрослым.	2	Проанализировать и обобщить опыт оказания психологической помощи в ситуации сексуального насилия	Алгоритм работы психолога с жертвами сексуального насилия
6	Кризисы утраты	8		
6.1-6.2	Общая характеристика переживания детьми горя, фазы детского горя. Возрастные особенности переживания горя. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.	4	Изучить алгоритм организации психологического сопровождения ребенка в ситуации утраты близкого	Памятка «Алгоритм организации психологического сопровождения ребенка в ситуации утраты близкого»
6.3	Методические основы краткосрочной кризисной	2	Определить методологию краткосрочной и	Конспект-схема Методы экстренной и отсроченной

	психологической помощи в совладании с переживанием утраты близкого детьми, подростками и взрослыми. Метод серийных рисунков и рассказов. Консультирование пережившего утрату.		отсроченной терапии при совладании с переживанием утраты близкого, приемы оказания психологической помощи	помощи при утрате близкого
6.4	Работа Республиканского центра психологической помощи. Работа со взрослыми. Работа с детьми и подростка	2	Знакомство с условиями и особенностями работы Республиканского центра психологической помощи	Эссе «Республиканский центр психологической помощи»
7	Семейные кризисы и развод как утрата семьи	8		
7.1	Понятие семейных кризисов. Особенности переживания развода. Фазы адаптации детей после развода	4	Исследовать особенности семейных кризисов и психологические аспекты их проявления. Определить фазы адаптации детей после развода	Таблица «Психологический портрет семейных кризисов. Помощь психолога в преодолении»
7.2	Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей; помощь взрослым.	4	Изучить и обобщить опыт работы психологов по преодолению последствий развода супругами и детьми	Проективные карты «Психологическое сопровождение ребенка и взрослого в постразводный период»
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	10		
8.1, 8.3	Стресс, травматический стресс и ПТСР. История создания теории ПТСР. Этиология ПТСР	4	Изучить специфику феноменов стресса, травматического стресса и ПТСР	Таблица «Сравнительный анализ феноменов стресса, травматический стресс и ПТСР»
8.2	Симптоматика ПТСР. Эпидемиология. Анализ методов диагностики ПТСР. Травматический стресс и крушение базовых иллюзий	2	Исследовать психологический портрет ПТСР, отразить симптомы и подобрать методики для выявления	Комплект диагностических методик для выявления ПТСР
8.4-	Проблема	2	Определить признаки	Таблица «Облик

8.5	<p>формирования ответственности в посттравматической ситуации.</p> <p>Психологические последствия продолжительных издевательств в раннем, дошкольном, подростковом и юношеском возрасте: Симптоматика и Характерология последствий продолжительного жестокого обращения.</p> <p>Методики диагностики</p>		<p>проявления ПТСР с учетом возраста.</p> <p>Подобрать диагностические методики для оценки ресурса личности и степени тяжести последствий после ПТСР</p>	<p>ПТСР в раннем, дошкольном, младшем школьном, подростковом и юношеском возрасте</p>
8.6	<p>Консультирование жертв семейного насилия.</p> <p>Консультирование жертв сексуального насилия.</p> <p>Консультирование детей – жертв насилия</p>	2	<p>Определить алгоритм работы с жертвами семейного насилия; сексуального насилия и специфика консультирования детей</p>	<p>Памятка «Алгоритм работы психолога с жертвами насилия. Консультирование детей».</p>
9	Стратегия и методология отсроченной психологической помощи	10		
9.1; 9.6	<p>Принципы и правила отсроченной психологической помощи. Терапия ПТСР;</p> <p>Психологический дебрифинг и его виды</p>	4	<p>Исследовать принципы и правила психологической помощи; особенности использования дебрифинга</p>	<p>Инструкция по применению дебрифинга</p>
9.2- 9.3; 9.5	<p>Сущность стратегического (превентивного) подхода.</p> <p>Психологическое просвещение; его направления и принципы. Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы».</p>	4	<p>Изучить опыт, отраженный в научной литературе по формированию психологии безопасного поведения</p>	<p>Буклет «В помощь жертвам катастрофы»</p> <p>Памятка «Сделать свою жизнь безопасной»</p>
9.4	<p>Общие подходы и методы коррекции; их</p>	2	<p>Изучить применимость разных психологических</p>	<p>Таблица «Действенность психологических</p>

	использование в работе психолога. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз (ДПДГ). Гештальт-терапия, когнитивно-поведенческая психотерапия; символ-драма; семейная психотерапия; нейролингвистическое программирование.		подходов в оказании экстренной и отсроченной психологической помощи	школ и подходов в оказании экстренной и отсроченной психологической помощи в ЭС
10	Суицидальное поведение	10		
10.1; 10.3	Понятие суицидального поведения. Теоретические основания суицидального поведения.	4	Изучить психологические теории объяснения природы суицида	Памятка-ориентировка «Природа суицида в разных психологических школах»
10.2; 10.4	Факторы суицидального риска. Индикаторы суицидального риска.	2	Изучить симптомы суицидального поведения	Буклет «Сумей распознать беду в обличье смерти вовремя»
10.5	Консультирование суицидальных клиентов. Консультирование уцелевших после самоубийства. Поддержка для консультанта. Работа Республиканского центра психологической помощи с суицидальными клиентами.	2	Анализ опыта работы Республиканского центра психологической помощи с суицидентами	Письменный анализ опыта работы по оказанию помощи лицам с суицидальными наклонностями
10.6	Групповая кризисная психотерапия и ее использование в работе с детьми, подростками и взрослыми. Реориентационный тренинг.	2	Изучить специфику применения реориентационного тренинга, правила подготовки: разработка сценария	Фрагмент реориентационного тренинга (конспект сценария и реализация в группе)

	Теоретические основы реориентационного тренинга. Этапы тренинга.			
11	Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки	10		
11.1	Общая характеристика метода «группа поддержки»: поддержка ребенка и взрослого в горе. Работа педагога-психолога с детьми и подростками; взрослыми – жертвами насилия. Помощь психолога взрослым и детям, пережившим утрату.	4	Определить условия применения «группы поддержки» и ее аналогов. Исследовать специфику применения «группы поддержки» в ситуации насилия и утраты	Алгоритм работы «группы поддержки»
11.2	Тренинг по ритмо-двигательной терапии для женщин, переживших насилие. Групповая психотерапия с детьми – жертвами насилия - в работе педагога-психолога.	2	Исследовать условия и особенности применения ритмо-двигательной терапии	Перечень психологических инструментов помощи детям в ситуации насилия
11.3	Тренинг с детьми, пережившими сексуальное насилие. Программа преодоления психических травм детства.	2	Изучить и проанализировать опыт подготовки и реализации психологических программ по преодолению психологических травм детства	Программа «Преодоление психологических травм детства. Инструменты самопомощи».
11.4	Тренинг «Исцеление от горя». Тренинг по краткосрочной позитивной терапии.	2	Изучить специфику подготовки тренинга по краткосрочной позитивной психотерапии. Подобрать упражнения для подготовки тренингового занятия в ключевые моменты позитивной психотерапии	Конспект тренингового занятия по позитивной психотерапии, проведение фрагмента тренинга; анализ достоинств и недостатков
	Всего часов	96		

ТРЕБОВАНИЯ К ВЫПОЛНЕНИЮ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

для специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика

№ п/п	Название темы, раздела	Кол-во часов на СРС	Задание	Форма выполнения
1	Введение в кризисную психологию	4		
1.1	Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний. Система основных понятий кризисной психологии	4	Изучить историю становления и развития кризисной психологии в отечественной и зарубежной науке. Представить в таблице основные понятия кризисной психологии и их содержание: экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, кризисная ситуация; субъекта чрезвычайной ситуации психологическая травма, переживание	План-конспект с представлением этапов становления и развития кризисной психологии. Лента времени с указанием основных весомых событий развития кризисной психологии и имен психологов, причастных к развитию кризисной психологии Таблица «Основные понятия кризисной психологии, их авторы и школы возникновения»
2	Стратегии преодоления психологической травмы	4		
2.1	Понятие психологического преодоления, способы	2	Изучить феноменология преодоления психологической травмы Представить в таблице способы психологического преодоления травматичного опыта	Таблица «Способы психологического преодоления травмы»
2.2	Диагностика копинг-стратегий, анализ и рекомендации по развитию эффективных	2	Психологическая концепция «копинг-стратегий»	Виды копинг стратегий и их суть
3.	Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии	4		

3.1.	Основные положения экзистенциальной психологии, экзистенциальный анализ. Характеристика экзистенциальных тревог, взаимосвязь страха и тревоги; психотерапевтическая теория невротической тревоги.	4	Изучить специфику экзистенциальной психологии, ее методологию и приемы оказания помощи. Исследовать вариативность проявления экзистенциальной тревоги, невротической тревоги	Подготовка схемы Понятия, методы и приемы оказания помощи личности в экзистенциальной психологии». Таблица «Сравнительный анализ экзистенциальной и невротической тревоги»
4.	Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии	4		
4.1.	Характеристика смысла и система ценностей осмысленной жизни. Учение о свободе воли. экзистенциальный вакуум. Логотерапевтическая теория неврозов. Методы помощи человеку в ситуации ноогенного невроза.	2	Изучить историю зарождения направления Логотерапии. Составить перечень ценностей осмысленной жизни. Изучить признаки и экзистенциального вакуума, методы логотерапии в его преодолении	Сообщение «История логотерапии. Основные понятия»
5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	6		
5.1-5.2	Классификация экстремальных ситуаций (ЭС). Экстренная психологическая помощь в ЭС, Психогении в ЭС. Понятие терроризма и его основные характеристики. Взрывы. Захват заложников. Психологические и социальные последствия терроризма.	2	Рассмотреть основные классы экстремальных ситуаций, дифференцировать специфику оказания психологической помощи при них. Изучить опыт оказания психологической помощи в условиях терактов. Определить общий алгоритм работы психолога	Памятки по оценке психологической безопасности личности в семье. Памятка «Работа психолога с разными категориями участников теракта. Своеобразие психологической помощи: экстренной и отсроченной
5.4	Техники допсихологической помощи при разных нарушениях: бред,	2	Изучить специфику оказания допсихологической помощи	Памятка или буклет «Допсихологическая помощь в очаге экстремальной

	галлюцинация, ступор, возбуждение и агрессия, нервная дрожь и истерика			ситуации»
5.5	Помощь взрослым и детям в экстремальных ситуациях (насилии), связанных с угрозой для жизни. Работа психолога в экстремальных ситуациях, связанных с сексуальным насилием. Помощь детям, школьникам и взрослым.	2	Проанализировать и обобщить опыт оказания психологической помощи в ситуации сексуального насилия	Алгоритм работы психолога с жертвами сексуального насилия
6	Кризисы утраты	6		
6.1-	Общая характеристика переживания детьми горя, фазы детского горя. Возрастные особенности переживания горя. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.	2	Изучить алгоритм организации психологического сопровождения ребенка в ситуации утраты близкого	Памятка «Алгоритм организации психологического сопровождения ребенка в ситуации утраты близкого»
6.2	Методические основы краткосрочной кризисной психологической помощи в совладании с переживанием утраты близкого детьми, подростками и взрослыми. Метод серийных рисунков и рассказов. Консультирование пережившего утрату.	2	Определить методологию краткосрочной и отсроченной терапии при совладании с переживанием утраты близкого, приемы оказания психологической помощи	Конспект-схема Методы экстренной и отсроченной помощи при утрате близкого
6.3	Работа Республиканского центра психологической помощи. Работа со взрослыми. Работа с детьми и подростка	2	Знакомство с условиями и особенностями работы Республиканского центра психологической помощи	Эссе «Республиканский центр психологической помощи»
7	Семейные кризисы и развод как утрата семьи	6		

7.1	Понятие семейных кризисов. Особенности переживания развода. Фазы адаптации детей после развода	4	Исследовать особенности семейных кризисов и психологические аспекты их проявления. Определить фазы адаптации детей после развода	Таблица «Психологический портрет семейных кризисов. Помощь психолога в преодолении»
7.2	Работа педагога-психолога с детьми, переживающими развод родителей; помощь взрослым.	2	Изучить и обобщить опыт работы психологов по преодолению последствий развода супругами и детьми	Проективные карты «Психологическое сопровождение ребенка и взрослого в постразводный период»
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	10		
8.1	Стресс, травматический стресс и ПТСР. История создания теории ПТСР. Этиология ПТСР, симптоматика, эпидемиология	2	Изучить специфику феноменов стресса, травматического стресса и ПТСР	Таблица «Сравнительный анализ феноменов стресс, травматический стресс и ПТСР»
8.2-8.3	Анализ методов диагностики ПТСР. Травматический стресс и крушение базовых иллюзий. Проблема формирования ответственности в посттравматической ситуации. Психологические последствия продолжительных издевательств в раннем, дошкольном, подростковом и юношеском возрасте	4	Исследовать психологический портрет ПТСР, отразить симптомы и подобрать методики для выявления	Комплект диагностических методик для выявления ПТСР
8.4	Консультирование жертв семейного насилия. Консультирование жертв сексуального насилия. Консультирование детей – жертв насилия	4	Определить алгоритм работы с жертвами семейного насилия; сексуального насилия и специфика консультирования детей	Памятка «Алгоритм работы психолога с жертвами насилия. Консультирование детей».
9	Стратегия и методология	10		

	отсроченной психологической помощи			
9.1	Принципы и правила отсроченной психологической помощи. Терапия ПТСР; Психологический дебрифинг и его виды	2	Исследовать принципы и правила психологической помощи; особенности использования дебрифинга	Инструкция по применению дебрифинга
9.2; 9.4	Сущность стратегического (превентивного) подхода. Психологическое просвещение; его направления и принципы. Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы».	4	Изучить опыт, отраженный в научной литературе по формированию психологии безопасного поведения	Буклет «В помощь жертвам катастрофы» Памятка «Сделать свою жизнь безопасной»
9.3	Общие подходы и методы коррекции; их использование в работе психолога. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз (ДПДГ). Гештальт-терапия, когнитивно-поведенческая психотерапия; символ-драма; семейная психотерапия; нейролингвистическое программирование.	4	Изучить применимость разных психологических подходов в оказании экстренной и отсроченной психологической помощи	Таблица «Действенность психологических школ и подходов в оказании экстренной и отсроченной психологической помощи в ЭС
10	Суицидальное поведение	6		
10.1	Понятие суицидального поведения. Теоретические основания суицидального поведения. Факторы суицидального риска. Индикаторы суицидального риска.	2	Изучить психологические теории объяснения природы суицида, симптомы суицидального поведения	Памятка-ориентировка «Природа суицида в разных психологических школах». Буклет «Сумей распознать беду в обличье смерти вовремя»
10.5	Консультирование	2	Анализ опыта работы	Письменный анализ

	суицидальных клиентов. Консультирование уцелевших после самоубийства. Поддержка для консультанта. Работа Республиканского центра психологической помощи с суицидальными клиентами.		Республиканского центра психологической помощи с суицидентами	опыта работы по оказанию помощи лицам с суицидальными наклонностями
10.6	Групповая кризисная психотерапия и ее использование в работе с детьми, подростками и взрослыми. Реориентационный тренинг. Теоретические основы реориентационного тренинга. Этапы тренинга.	2	Изучить специфику применения реориентационного тренинга, правила подготовки: разработка сценария	Фрагмент реориентационного тренинга (конспект сценария и реализация в группе)
11	Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки	6		
11.1	Общая характеристика метода «группа поддержки»: поддержка ребенка и взрослого в горе. Работа педагога-психолога с детьми и подростками; взрослыми – жертвами насилия. Помощь психолога взрослым и детям, пережившим утрату.	2	Определить условия применения «группы поддержки» и ее аналогов. Исследовать специфику применения «группы поддержки» в ситуации насилия и утраты	Алгоритм работы «группы поддержки»
11.2	Тренинг по ритмо-двигательной терапии для женщин, переживших насилие. Групповая психотерапия с	2	Исследовать условия и особенности применения ритмо-двигательной терапии	Перечень психологических инструментов помощи детям в ситуации насилия

	детьми – жертвами насилия - в работе педагога-психолога.			
11.3	Тренинг с детьми, пережившими сексуальное насилие. Программа преодоления психических травм детства. Тренинг «Исцеление от горя». Тренинг по краткосрочной позитивной терапии	2	Изучить и проанализировать опыт подготовки и реализации психологических программ по преодолению психологических травм детства. Изучить специфику подготовки тренинга по краткосрочной позитивной психотерапии. Подобрать упражнения для подготовки тренингового занятия в ключе позитивной психотерапии	Программа «Преодоление психологических травм детства. Инструменты самопомощи». Конспект тренингового занятия по позитивной психотерапии, проведение фрагмента тренинга; анализ достоинств и недостатков
	Всего часов	66		

ПЕРЕЧЕНЬ ИСПОЛЬЗУЕМЫХ СРЕДСТВ ДИАГНОСТИКИ РЕЗУЛЬТАТОВ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Основными средствами диагностики усвоения знаний и овладения необходимыми умениями и навыками по учебной дисциплине «КРИЗИСНАЯ ПСИХОЛОГИЯ» являются:

- блиц-опрос;
- опрос;
- вопросы и ответы;
- анализ результатов диагностики;
- анализ клинических случаев;
- анализ рекомендаций;
- анализ буклетов;
- анализ работы Республиканского центра психологической помощи;
- доклады;
- тренинги;
- упражнения;
- словарь терминов кризисной психологии;
- рейтинговые контрольные работы;
- экзамен.

ВОПРОСЫ К ЭКЗАМЕНУ

1. Кризисная психология как самостоятельная отрасль психологических знаний.
2. Система основных понятий кризисной психологии.
3. Основные положения экзистенциальной психологии. Экзистенциальный анализ.
4. Характеристика экзистенциальных тревог. Взаимосвязь страха и тревоги.
5. Психотерапевтическая теория невротической тревоги.
6. Понятие психологического преодоления.
7. Способы психологического преодоления. Проблема эффективности психологического преодоления.
8. Характеристика смысла. Система ценностей осмысленной жизни.
9. Учение о свободе воли. Экзистенциальный вакуум.
10. Логотерапевтическая теория неврозов. Методы помощи человеку в ситуации ноогенного невроза.
11. Классификация экстремальных ситуаций.
12. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.
13. Техники экстренной психологической помощи.
14. Психогении в экстремальных ситуациях.
15. Понятие терроризма и его основные характеристики.
16. Взрывы. Захват заложников.
17. Психологические и социальные последствия терроризма.
18. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).
19. История создания теории ПТСР.
20. Этиология и Симптоматика ПТСР. Эпидемиология ПТСР.
21. Анализ методов диагностики ПТСР. Травматический стресс и крушение базовых иллюзий.
22. Проблема формирования ответственности в посттравматической ситуации.
23. Психологические последствия продолжительных издевательств.
24. Консультирование жертв семейного насилия.
25. Консультирование жертв сексуального насилия.
26. Консультирование детей – жертв насилия.
27. Принципы психологической помощи. Общие подходы к психотерапии ПТСР.
28. Психологический дебрифинг.
29. Аутодебрифинг.
30. Психобиографический дебрифинг.
31. Сущность стратегического (превентивного) подхода.

32. Основные направления и принципы психологического просвещения. Общие принципы разработки буклета «В помощь жертвам катастрофы».

33. Психотерапия эмоциональных травм с помощью движения глаз (ДПДГ).

34. Гештальт-терапия как метод терапии ПТСР.

35. Когнитивно-поведенческая психотерапия как метод терапии ПТСР.

36. Символ-драма как метод терапии ПТСР.

37. Семейная психотерапия как метод терапии ПТСР.

38. Нейролингвистическое программирование как метод терапии ПТСР.

39. Общая характеристика переживания детьми горя.

40. Фазы детского горя.

41. Возрастные особенности переживания горя.

42. Самосознание и проблемы, возникающие в горе.

43. Семейные кризисы.

44. Особенности переживания развода. Фазы адаптации детей после развода.

45. Понятие суицидального поведения. Теоретические основания суицидального поведения.

46. Факторы суицидального риска.

47. Индикаторы суицидального риска.

48. Консультирование суицидальных клиентов.

49. Консультирование лиц, уцелевших после самоубийства. Поддержка для консультанта.

50. Групповая кризисная психотерапия.

51. Реориентационный тренинг.

52. Общая характеристика метода «группа поддержки».

53. Тренинг по ритмо-двигательной терапии для женщин, переживших насилие.

54. Групповая психотерапия с детьми – жертвами насилия.

55. Тренинг с детьми, пережившими сексуальное насилие.

56. Программа преодоления психических травм детства.

57. Группы поддержки ребенку в горе.

58. Группы поддержки взрослым в горе.

59. Тренинг «Исцеление от горя».

60. Тренинг по краткосрочной позитивной терапии.

**Тематический план для специальности
1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь
дневная форма получения образования**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Лекции	Семинары	Практические	Самостоятельная работа студентов
1	Введение в кризисную психологию	2	2*		8
2	Стратегии преодоления психологической травмы	2*		2	8
3	Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии	2	2		8
4	Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии	2	4		8
5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	2	4	4	8
6	Кризисы утраты	2	2	4	8
7	Семейные кризисы и развод как утрата семьи	2*		2	8
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	4	4	4	10
9	Стратегия и методология отсроченной психологической помощи	4	4	4	10
10	Суицидальное поведение	4	4	4	10
11	Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки		2*	6	10
Всего:		26	28	30	96
Всего по дисциплине:		84			
Форма контроля:		экзамен			

* - часы, отводимые на УСРС

**Тематический план для специальности
1-03 04 01 Социальная педагогика
дневная форма получения образования**

№ п/п	Наименование раздела, темы	Лекции	Практические	Самостоятельная работа студентов
1	Введение в кризисную психологию	2		4
2	Стратегии преодоления психологической травмы	2*	2	4
3	Экзистенциальное направление как теоретическое основание кризисной психологии	2		4
4	Логотерапия как теоретическое основание кризисной психологии	2		4
5	Работа психолога в очаге экстремальной ситуации	2	4	6
6	Кризисы утраты	2	4	6
7	Семейные кризисы и развод как утрата семьи	2*	2	6
8	Теория посттравматического стрессового расстройства	4	4	10
9	Стратегия и методология отсроченной психологической помощи	4	2*+2	10
10	Суицидальное поведение	2	4	6
11	Программы кризисной интервенции, психологической помощи и поддержки		2*+4	6
Всего:		24	30	66
Всего по дисциплине:		54		
Форма контроля:		экзамен		

* - часы, отводимые на УСРС

Примеры компетентностно ориентированных заданий

Компетентностно ориентированное задание к билету № 1

Опишите этапы работы по оказанию кризисной психологической помощи девочке Вале 10 лет в ситуации переживания смерти бабушки и страха смерти.

Описание случая

В центр восстановительного лечения «Детская психиатрия» имени С.С. Мнухина обратилась мать девочки Вали, 10 лет, с жалобами на ее эмоциональную возбудимость, истерические реакции, эпизоды воровства. Диагноз – эмоционально-лабильное расстройство, нарушение поведения. Медицинским психологом М.Е. Калашниковой были собраны подробные сведения о девочке и ее семье.

Ранний анамнез: ребенок от 6-й беременности, 1-х родов, перинатальная энцефалопатия. Отягощена наследственность по линии бабушки (шизофрения). У бабушки и дедушки хронический алкоголизм.

Семейный анамнез: отец Вали ушел из семьи в связи с алкоголизацией матери, когда дочери было 6 лет. После развода он выкрал девочку, держал у себя в течение 4 месяцев, потом вернул матери.

На момент обследования Валя учится в 4-м классе и проживает вместе с матерью 38 лет (продавец), отчимом 26 лет (рабочий), сводным братом Тимой 1,5 лет и прабабушкой (баба Вера) 83 лет. В семье частые конфликты, бывают драки. Отношения с отчимом у девочки напряженные, к брату – ревность.

Мать по характеру возбудимая, легко срывается на крик. Времени заниматься с дочерью у нее не хватает. Ее воспитание отличает потворствование, предпочтение детских качеств.

В процессе сбора анамнеза обнаружилось, что за два месяца до обращения к специалистам у Вали умерла бабушка со стороны матери (баба Галя), которая при жизни страдала шизофренией и алкоголизмом. Бабушка и дедушка со стороны матери проживали отдельно, но отношения с дочерью, зятем и внуками поддерживали. Мать не связывала расстройство эмоций и поведения у дочери с ситуацией утраты, однако отметила, что после смерти бабы Гали у дочери появился страх оставаться одной. М.В. Калашникова приняла решение исследовать связь между заболеванием девочки и смертью бабушки.

Компетентностно ориентированное задание к билету № 2

Случай Арины: кризисная психологическая помощь девочке 4,5 лет в ситуации гибели отца.

Описание случая

Арину, 4,5 лет, на прием к психологу привели мать 26 лет (продавец) и бабушка 61 года (пенсионерка). Повод для обращения – трагическая смерть

отца Арины и беспокойство за состояние девочки. При знакомстве девочка легко вошла в контакт и сообщила, что живет вместе с мамой Олей, папой Антоном и бабушкой Кирой, а в деревне есть прабабушка Аня и котик Мурзик. Она ходит в детский сад, и ей там нравится.

В отсутствие дочери мать рассказала, что неделю назад ее муж погиб в автокатастрофе. Детали трагедии неизвестны, ведется следствие. Арине о смерти отца не сказали, объяснили, что он *«не едет домой, потому что у него машина сломалась»*, на похороны ее не взяли. Затем придумали и сообщили, что *«папа больше не придет, он теперь на небе, превратился в звездочку и будет с неба звездочкой светить»*. Арина к отцу была очень привязана (*«они с папой всегда обнимались, визжали и бесились»*). Мать сообщила, что дочь раньше была веселой, а теперь *«неадекватная, может разнервничаться, кричит, что хочет к папе, плачет»*. Арина носит на руке браслет, который подарил отец, и говорит: *«Если пошептать, то папа услышит. Буду спать на папиной подушке»*. Когда пришел брат отца, подросток 15 лет, бросилась к нему, обнимала, долго не отпускала. Вся семья в горе.

Компетентностно ориентированное задание к билету № 3

Опишите этапы работы по оказанию кризисной психологической помощи мужчине Николаю 31 года в ситуации переживания самоубийства отца.

Описание случая.

К психологу обратился Николай, 31 г. (юрист). Повод для обращения – самоубийство отца. *На первом сеансе* клиент рассказал, что проживал в трехкомнатной квартире вместе с женой, сыном 2 лет, отцом 55 лет, матерью 52 лет и бабушкой 77 лет. В соседнем доме жила семья младшего брата. В начале перестройки все родственники переехали в Санкт-Петербург из Кабардино-Балкарии.

Отец Николая, глава семейства, раньше по характеру был сдержанным. Жену и детей любил, но нежностей не проявлял.

До переезда работал в ГАИ, имел широкий круг знакомств, пользовался уважением. На новом месте занялся бизнесом, но неуспешно. Стал раздражительным, депрессивным, скучал по прежней жизни, постоянно *«копался»* в прошлом. 5 лет назад перенес инфаркт, долго *«не мог восстановиться»*. Потом себя *«пересилил»*, стал председателем правления садоводства, строил дом на данном участке.

Ситуация дестабилизировалась, когда умер дед Николая по линии отца. Дед и баба Николая около года назад переехали в Санкт-Петербург по причине ухудшения здоровья и стали жить с его семьей. Дед страдал от онкологического заболевания, в больницу его не взяли, и он тяжело умирал на глазах сына, внука и других родственников. Отец Николая болезненно отреагировал на эту смерть, многое *«перенес на себя»*, стал мнительным, пессимистичным. В последний месяц жизни отдалился от родственников,

«загонял себя в тупик, принимал антидепрессанты», пил». Очень боялся старости. Дом торопился достроить: «Мне недолго осталось».

Три недели назад отец Николая днем ушел из дома, сказал жене, что в магазин. Через два часа позвонил: *«Все, прощай»*. Мать бросилась к Николаю: *«Хватай брата, ежайте в садоводство!»* От дома до дачного кооператива езды – 30 мин. Сначала поехали в правление, потом на участок. Отца нашли застрелившимся в сарае. На верстаке лежали: водительское удостоверение, документы на машину и записка: *«Простите. Живите дружно, берегите друг друга...»*

Николай. *Когда понял, что произошло, от злости орал: «Что ты сделал?»* Обида была за маму. Жалко было себя, брата, внуков. Чувство вины – надо было сразу ехать на участок, а не в правление, может, еще спасли бы. Потом пришла печаль... Мать сейчас отвлекается на работу. Меня успокаивает. Брат пошел к священнику... Я не могу понять: как он мог пойти на это? Как мог так поступить со своими родными? Что мне делать сейчас, чтобы начать жить, как прежде? Как поддержать маму?

**ПРОТОКОЛ СОГЛАСОВАНИЯ УЧЕБНОЙ ПРОГРАММЫ
ПО ИЗУЧАЕМОЙ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЕ
С ДРУГИМИ ДИСЦИПЛИНАМИ СПЕЦИАЛЬНОСТИ**

Название дисциплины, с которой требуется согласование	Название кафедры	Предложения об изменениях в содержании учебной программы по изучаемой дисциплине	Решение, принятое кафедрой, разработавшей учебную программу (с указанием даты и номера протокола)
для специальности 1-03 04 01 Социальная педагогика			
«Психологическая безопасность в школе», «Школьная медиация»	Кафедра возрастной и педагогической психологии	Программа учебной дисциплины «Кризисная психология» является основой для дальнейшего усвоения учебных дисциплин по психологии	Программу принять Программу принять (протокол № 4 от 28.11.2023 г.)
для специальности 1-03 04 04 Социальная и психолого-педагогическая помощь			
«Психологическая безопасность в школе»	Кафедра возрастной и педагогической психологии	Программа учебной дисциплины «Кризисная психология» является основой для дальнейшего усвоения учебных дисциплин по психологии (учебный план (15.07.2021, № 009-2021/У)	Программу принять (протокол № 4 от 28.11.2023 г.)
«Школьная медиация»	Кафедра возрастной и педагогической психологии	Программа учебной дисциплины «Кризисная психология» является основой	Программу принять (протокол № 4 от 28.11.2023 г.)

		для дальнейшего усвоения учебных дисциплин по психологии учебный план (23.06.2022, № 097-2022/У).	
--	--	---	--