

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

Рабочая программа дисциплины

Психологическая помощь в кризисных и экстремальных ситуациях

<i>Направление подготовки</i>	Психология
<i>Код</i>	37.04.01
<i>Направленность (профиль)</i>	Консультативная и клиническая психология
<i>Квалификация выпускника</i>	магистр

Москва
2026

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Системное и критическое мышление	УК-1
Универсальные	Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6
Профессиональные		ПК-7

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1: - критически анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними; УК-1.4: - осуществляет поиск вариантов решения поставленной проблемной ситуации на основе доступных источников информации, выбирает методы критического анализа, адекватные проблемной ситуации, и определяет достоверность получаемой информации, разрабатывает стратегию достижения поставленной цели как последовательность шагов, предвидя результат каждого из них и оценивая их влияние на общий результат планируемой деятельности.
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1: - определяет уровень самооценки и уровень притязаний, приоритетов собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста; УК-6.2: - оценивает собственные личные и профессиональные качества и ресурсы, определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития; УК-6.3: - выстраивает и реализует траекторию саморазвития, совершенствования собственной деятельности на основе самооценки.
ПК-7	Способен осуществлять индивидуальное и групповое	ПК-7.1: - планирует и организует работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии социально

	консультирование клиентов, оказывая психологическую помощь отдельным лицам и группам, попавшим в трудную жизненную ситуацию	уязвимых и попавших в трудные жизненные ситуации на основе теоретических подходов. ; ПК-7.2: - вырабатывает рекомендации по оказанию помощи людям в адаптационный, предкризисный и кризисный периоды.
--	---	---

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-1		
	- методологические и теоретические основы психологии личности; - социально-психологические аспекты поведения и деятельности людей; - особенности и закономерности проявления психических свойств личности; -социально - психологические проблемы и роль общения и взаимодействия личности с социальным окружением; - социальной идентичности, саморегуляции, путях повышения самооценки.	- осуществлять самостоятельный поиск и проводить анализ научной литературы; - критически оценивать проблемные ситуации на основе системного подхода; -вырабатывать стратегию действий, оказывая помощь в кризисных и экстремальных ситуациях; - понимать мнение и позицию людей; - объективно воспринимать и оценивать людей и преодолевать барьеры в общении.	- навыками критического анализа проблемных ситуаций; - навыками совершенствования деятельности на основе самооценки для выстраивания траектории взаимодействия с клиентом; - культурой общения.
Код компетенции	УК-6		

	- методологические и теоретические основы социальной психологии, психологии личности; - социально-психологические аспекты поведения и деятельности людей; - особенности и закономерности протекания психических процессов, психических состояний и психических свойств личности в кризисной и экстремальной ситуации.	- осуществлять самостоятельный поиск и проводить анализ научной литературы поведения и деятельности людей в кризисной и экстремальной ситуации; - самостоятельно планировать и осуществлять исследовательскую деятельность; - определять приоритеты деятельности, личностного развития клиента.	- навыками самостоятельной работы с научной литературой; - навыками анализа собственной деятельности и способов ее совершенствования на основе самооценки.
Код компетенции	ПК-7		
	- базовые теоретические принципы и модели экстренной психологической помощи; - содержательную основу и отличительные особенности современных моделей психологической помощи в кризисных ситуациях; - базовые и специальные приемы и техники, применяемые при психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях.	- самостоятельно определять виды и методы экстренной психологической помощи клиенту; - выявлять индивидуально-психологические и социально-психологические факторы риска дезадаптации, первичной и вторичной профилактики психологических расстройств при психологической помощи в кризисных ситуациях; - подбирать и применять методы анализа данных психологического обследования клиента в конкретной ситуации; - выявлять и анализировать информацию,	- навыками проведения психологического вмешательства с использованием индивидуальных, групповых и семейных методов; - навыками проведения психодиагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств и состояний людей при психологической помощи; - способностью обрабатывать и анализировать данные психодиагностического обследования клиента; - методом анализа информации, необходимой для определения целей психологического вмешательства;

	- виды психологического вмешательства; - принципы разработки программ психологического вмешательства с учетом психологических и индивидуально-психологических характеристик.	необходимую для определения целей психологического вмешательства; - разрабатывать программы вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик.	- владеть приемами моделирования программ вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик.
--	---	--	---

4. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина является дисциплиной по выбору части, формируемой участниками образовательных отношений учебного плана ОПОП.

Данная дисциплина взаимосвязана с другими дисциплинами, такими как: «Социальная психология личности», «Межкультурная коммуникация», «Социальная психология личности», «Психология развития и возрастная психология», «Психологическое консультирование», «Основы психотерапии», «Консультативная психология: теория и практика», «Современные методы и техники психоконсультирования и психотерапии», «Психологическая коррекция и реабилитация», «Производственная практика в профильных организациях», «Преддипломная практика» и др.

В рамках освоения программы магистратуры выпускники готовятся к решению задач профессиональной деятельности следующих типов: научно-исследовательский, консультативный, коррекционно-развивающий, педагогический.

Профиль (направленность) программы установлена путем её ориентации на сферу профессиональной деятельности выпускников: Консультативная и клиническая психология.

5. Объем дисциплины

<i>Виды учебной работы</i>	<i>Форма обучения</i>	
	<i>Очно-заочная</i>	<i>Очно-заочная с применением ДОТ</i>
Общая трудоемкость: зачетные единицы/часы	2/72	2/72
Контактная работа:		
Занятия лекционного типа	8	8
Занятия семинарского типа	16	16
Промежуточная аттестация: экзамен	18	18
Самостоятельная работа (СРС)	30	30

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

6.1. Распределение часов по разделам/темам и видам работы

	Всего	8			16			30
	Итого	72						

6.2 Программа дисциплины, структурированная по темам / разделам

6.2.1.Содержание лекционных занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание лекционного занятия
1. Экстренная психологическая помощь		
1.1	Введение в проблему экстренной психологической помощи.	Экстренная психологическая помощь: главные принципы, отличия от обычной психологической помощи, цели и задачи. Виды экстренной помощи. Стрессогенные факторы, вызванные экстремальной ситуацией. Психические реакции при катастрофах. Стадии в динамике состояния людей после психотравмирующих ситуаций. Симптоматика экстремальной ситуации и основные способы экстренной психологической помощи. Дебрифинг как групповая форма кризисной интервенции и мера экстренной психологической помощи. Цель и задачи дебрифинга; особенности проведения. Основные фазы дебрифинга: вводная фаза, фаза описания фактов, фаза описания мыслей, фаза описания переживаний, фаза описания симптомов, фаза обучения, завершающая фаза. Особенности проведения дебрифинга на каждой фазе.
2. Психологические основы кризисной помощи		
2.1	Особенности телефонного консультирования	История телефонной психологической помощи в России и за рубежом. Деятельность РАТЭПП. Особенности телефонной психологической помощи в посттоталитарном обществе. Основные принципы работы и этика телефонной помощи. Модель обучения консультантов на основе опыта. Феномен «выгорания» у телефонных консультантов. Частные проблемы телефонной помощи.
2.2	Основные понятия кризисного консультирования	Понятия «кризис», «кризисная ситуация» и «кризисное состояние» в отечественной и зарубежной психологии. Клиническая и психологическая теории кризиса и кризисного состояния. Понимание кризиса как «опасности» и «возможности». Пусковые механизмы кризиса. Кризисная интервенция как метод психологической помощи в кризисной ситуации. Модель кризисной эрозии. Цели и задачи кризисной интервенции.

		Объект работы при кризисной интервенции. Основные этапы кризисной интервенции. Формы психологической помощи, используемые при работе с кризисными состояниями. Особенности кризисной интервенции при телефонном консультировании.
2.3	Технологии психологической помощи в ситуации насилия.	Понятие и виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее. Цикл насилия. Признаки насилия у детей и подростков. Последствия насилия, последствия насилия у детей. Методы психологической помощи пострадавшим от насилия. «Стадии исцеления от насилия» (по С. Брукер). Особенности консультирования жертв семейного и сексуального насилия. Тренинг по ритмо-двигательной терапии и тренинг позитивного восприятия себя и асертивного поведения в психологическом сопровождении пострадавших от насилия. Особенности психологического сопровождения (консультирования, психотерапии и тренингов) с детьми, пострадавшими от насилия: тренинг саморазвития и самоопределения; консультирование в ситуации моббинга. Особенности с работы с темой на телефоне доверия.
2.4	Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания.	Понимание жизни и смерти в экзистенциальногуманистической парадигме. Влияние на личность опыта столкновения со смертью. Понятие и виды потери. Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины. Основные положения и принципы паллиативного ухода, психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания). Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии. Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних

		стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову). Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Духовный аспект работы с умирающими. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными. Психологическая поддержка родственников. Особенности работы с темой на телефоне доверия.
2.5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	Ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Основная цель и задачи психотерапии ПТСР. Особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе: групповая психотерапия, когнитивно-бихевиоральная (техника вскрывающих интервенций), техника переработки травмирующих переживаний посредством движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), тренинг преодоления тревоги, гештальт-терапия, символ-драма, НЛП. Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий. Тренинг по психофизиологической и социальной реадaptации участников военных действий. Особенности консультирования лиц с ПТСР на ТД.
3. Психологическая профилактика специалистов психологического профиля		
3.1	Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов	Проблема эмоционального сгорания и вторичной травматизации помогающих специалистов. Потребности психологов-консультантов, работающих с кризисными клиентами. Понятие вторичной травмы. Аспекты личности помогающего специалиста, на которые влияет травма. Признаки и оценка вторичной травматизации. Факторы преодоления вторичной травматизации терапевтов (по Ю.Даниелю). Основные направления в психологическом сопровождении и профилактики эмоционального выгорания специалистов.

6.2.2 Содержание практических занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание лекционного занятия
1. Экстренная психологическая помощь		
1.1	Введение в проблему экстренной психологической	Экстренная психологическая помощь: главные принципы, отличия от обычной

	помощи.	психологической помощи, цели и задачи. Виды экстренной помощи. Стрессогенные факторы, вызванные экстремальной ситуацией. Психические реакции при катастрофах. Стадии в динамике состояния людей после психотравмирующих ситуаций. Симптоматика экстремальной ситуации и основные способы экстренной психологической помощи. Дебрифинг как групповая форма кризисной интервенции и мера экстренной психологической помощи. Цель и задачи дебрифинга; особенности проведения. Основные фазы дебрифинга: вводная фаза, фаза описания фактов, фаза описания мыслей, фаза описания переживаний, фаза описания симптомов, фаза обучения, завершающая фаза. Особенности проведения дебрифинга на каждой фазе.
2. Психологические основы кризисной помощи		
2.1	Особенности телефонного консультирования	История телефонной психологической помощи в России и за рубежом. Деятельность РАТЭПП. Особенности телефонной психологической помощи в посттоталитарном обществе. Основные принципы работы и этика телефонной помощи. Модель обучения консультантов на основе опыта. Феномен «выгорания» у телефонных консультантов. Частные проблемы телефонной помощи.
2.2	Основные понятия кризисного консультирования	Понятия «кризис», «кризисная ситуация» и «кризисное состояние» в отечественной и зарубежной психологии. Клиническая и психологическая теории кризиса и кризисного состояния. Понимание кризиса как «опасности» и «возможности». Пусковые механизмы кризиса. Кризисная интервенция как метод психологической помощи в кризисной ситуации. Модель кризисной эрозии. Цели и задачи кризисной интервенции. Объект работы при кризисной интервенции. Основные этапы кризисной интервенции. Формы психологической помощи, используемые при работе с кризисными состояниями. Особенности кризисной интервенции при телефонном консультировании.
2.3	Технологии психологической помощи в ситуации насилия.	Понятие и виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее. Цикл насилия. Признаки насилия у детей и подростков. Последствия насилия, последствия насилия у детей. Методы психологической помощи пострадавшим от насилия. «Стадии исцеления от насилия» (по

		С. Брукер). Особенности консультирования жертв семейного и сексуального насилия. Тренинг по ритмо-двигательной терапии и тренинг позитивного восприятия себя и асертивного поведения в психологическом сопровождении пострадавших от насилия. Особенности психологического сопровождения (консультирования, психотерапии и тренингов) с детьми, пострадавшими от насилия: тренинг саморазвития и самоопределения; консультирование в ситуации моббинга. Особенности с работы с темой на телефоне доверия.
2.4	Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания.	Понимание жизни и смерти в экзистенциальногуманистической парадигме. Влияние на личность опыта столкновения со смертью. Понятие и виды потери. Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины. Основные положения и принципы паллиативного ухода, психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания). Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии. Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову). Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Духовный аспект работы с умирающими. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными. Психологическая поддержка родственников. Особенности с работы с темой на телефоне доверия.
2.5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	Ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Основная цель и задачи психотерапии ПТСР. Особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР. Методы психологической

		помощи при посттравматическом стрессе: групповая психотерапия, когнитивно-бихевиоральная (техника вскрывающих интервенций), техника переработки травмирующих переживаний посредством движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), тренинг преодоления тревоги, гештальт-терапия, символ-драма, НЛП. Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий. Тренинг по психофизиологической и социальной реадaptации участников военных действий. Особенности консультирования лиц с ПТСР на ТД.
3. Психологическая профилактика специалистов психологического профиля		
3.1	Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов	Проблема эмоционального сгорания и вторичной травматизации помогающих специалистов. Потребности психологов-консультантов, работающих с кризисными клиентами. Понятие вторичной травмы. Аспекты личности помогающего специалиста, на которые влияет травма. Признаки и оценка вторичной травматизации. Факторы преодоления вторичной травматизации терапевтов (по Ю.Даниелю). Основные направления в психологическом сопровождении и профилактики эмоционального выгорания специалистов.

6.2.3.Содержание самостоятельной работы

№ п/п	Наименование темы (раздела) дисциплины	Содержание самостоятельной работы
1. Экстренная психологическая помощь		
1.1	Введение в проблему экстренной психологической помощи.	Экстренная психологическая помощь: главные принципы, отличия от обычной психологической помощи, цели и задачи. Виды экстренной помощи. Стрессогенные факторы, вызванные экстремальной ситуацией. Психические реакции при катастрофах. Стадии в динамике состояния людей после психотравмирующих ситуаций. Симптоматика экстремальной ситуации и основные способы экстренной психологической помощи. Дебрифинг как групповая форма кризисной интервенции и мера экстренной психологической помощи. Цель и задачи дебрифинга; особенности проведения. Основные фазы дебрифинга: вводная фаза, фаза описания фактов, фаза описания мыслей, фаза

		описания переживаний, фаза описания симптомов, фаза обучения, завершающая фаза. Особенности проведения дебрифинга на каждой фазе.
2. Психологические основы кризисной помощи		
2.1	Особенности телефонного консультирования	История телефонной психологической помощи в России и за рубежом. Деятельность РАТЭПП. Особенности телефонной психологической помощи в посттоталитарном обществе. Основные принципы работы и этика телефонной помощи. Модель обучения консультантов на основе опыта. Феномен «выгорания» у телефонных консультантов. Частные проблемы телефонной помощи.
2.2	Основные понятия кризисного консультирования	Понятия «кризис», «кризисная ситуация» и «кризисное состояние» в отечественной и зарубежной психологии. Клиническая и психологическая теории кризиса и кризисного состояния. Понимание кризиса как «опасности» и «возможности». Пусковые механизмы кризиса. Кризисная интервенция как метод психологической помощи в кризисной ситуации. Модель кризисной эрозии. Цели и задачи кризисной интервенции. Объект работы при кризисной интервенции. Основные этапы кризисной интервенции. Формы психологической помощи, используемые при работе с кризисными состояниями. Особенности кризисной интервенции при телефонном консультировании.
2.3	Технологии психологической помощи в ситуации насилия.	Понятие и виды насилия: физическое, психологическое, сексуальное, домашнее. Цикл насилия. Признаки насилия у детей и подростков. Последствия насилия, последствия насилия у детей. Методы психологической помощи пострадавшим от насилия. «Стадии исцеления от насилия» (по С. Брукер). Особенности консультирования жертв семейного и сексуального насилия. Тренинг по ритмо-двигательной терапии и тренинг позитивного восприятия себя и ассертивного поведения в психологическом сопровождении пострадавших от насилия. Особенности психологического сопровождения (консультирования, психотерапии и тренингов) с детьми, пострадавшими от насилия: тренинг саморазвития и самоопределения; консультирование в ситуации моббинга. Особенности работы с темой на телефоне доверия.
2.4	Психологическое сопровождение в ситуации потери и	Понимание жизни и смерти в экзистенциально-гуманистической парадигме. Влияние на

	умирания.	личность опыта столкновения со смертью. Понятие и виды потери. Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины. Основные положения и принципы паллиативного ухода, психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания). Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии. Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову). Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Духовный аспект работы с умирающими. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными. Психологическая поддержка родственников. Особенности работы с темой на телефоне доверия.
2.5	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе	Ключевые моменты психологической помощи при ПТСР. Основная цель и задачи психотерапии ПТСР. Особенности построения терапевтических отношений с клиентами, имеющими ПТСР. Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе: групповая психотерапия, когнитивно-бихевиоральная (техника вскрывающих интервенций), техника переработки травмирующих переживаний посредством движениями глаз (ДПДГ), ослабление травматического инцидента (ОТИ), тренинг преодоления тревоги, гештальт-терапия, символ-драма, НЛП. Особенности консультирования и психотерапии участников боевых действий. Тренинг по психофизиологической и социальной реадaptации участников военных действий. Особенности консультирования лиц с ПТСР на ТД.
3. Психологическая профилактика специалистов психологического профиля		

3.1	Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов	Проблема эмоционального сгорания и вторичной травматизации помогающих специалистов. Потребности психологов-консультантов, работающих с кризисными клиентами. Понятие вторичной травмы. Аспекты личности помогающего специалиста, на которые влияет травма. Признаки и оценка вторичной травматизации. Факторы преодоления вторичной травматизации терапевтов (по Ю.Даниелю). Основные направления в психологическом сопровождении и профилактики эмоционального выгорания специалистов.
-----	---	---

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

В рамках текущего контроля преподаватель самостоятельно может проводить следующие мероприятия:

№ п/п	Контролируемые разделы (темы)	Наименование оценочного средства
1.	Экстренная психологическая помощь	Опрос, исследовательский проект, проблемно-аналитическое задание, задание к интерактивному занятию. Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
2.	Психологические основы кризисной помощи	Опрос, исследовательский проект, проблемно-аналитическое задание, задание к интерактивному занятию. Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи
3.	Психологическая профилактика специалистов психологического профиля	Опрос, исследовательский проект, проблемно-аналитическое задание, задание к интерактивному занятию. Реализация программы с применением ДОТ: Тестирование, ситуационные задачи, проблемные задачи

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

8.1 Основная учебная литература

1. Белашева, И. В. Психология кризисных состояний личности : учебное пособие (курс лекций) / И. В. Белашева, М. Л. Есаян, В. А. Мищенко. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2022. — 166 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/135734.html>

2. Шкроб, Н. В. Практикум по экстремальной психологии : учебное пособие / Н. В. Шкроб. — Железногорск : Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2023. — 122 с. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART :

[сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/140555.html>

3. Психология экстремальных ситуаций: учебное пособие (практикум) / составители Ю. А. Маренчук, О. В. Прасолова. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2018. — 144 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/92739.html>

8.2. Дополнительная учебная литература:

1. Карпович, Т. Н. Профилактика и коррекция суицидоопасного поведения учащихся: учебно-методическое пособие / Т. Н. Карпович, И. М. Павлова. — Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2022. — 84 с. — ISBN 978-985-895-086-6. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/143045.html>

2. Егоров, Р. С. Кризисная психология: учебное пособие для самостоятельной работы студентов факультета клинической психологии ОрГМА / Р. С. Егоров ; под редакцией В. А. Дереча. — Оренбург: Оренбургская государственная медицинская академия, 2008. — 42 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/21820.html>

3. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний : учебное пособие / И. В. Белашева, А. В. Суворова, И. Н. Польшакова [и др.]. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 262 с. — Текст: электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/66099.html>

8.3. Периодические издания

1. Вестник Московского городского педагогического университета. Серия Педагогика и психология/ Московский городской педагогический университет ; учредитель и издатель Московский городской педагогический университет. — 2007 —. — Москва, 2007 —. — Ежекв. — ISSN 2076-9121.— Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/25613.html>

2. Вестник Московского университета. Серия 14. Психология/:Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова ; учредитель и издатель Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова. — 2013 —. — Москва, 2013 —. — Выходит 6 раз в год. — ISSN 0137-0936.— Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/56877.html>

3. Вестник Пермского университета. Серия Философия. Психология. Социология/ :Пермский государственный национальный исследовательский университет ; учредитель и издатель Пермский государственный национальный исследовательский университет. — 2010 —. — Пермь, 2010 —. — Ежекв. — ISSN 2078-7898.— Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/14220.html>

4. Вестник Российского нового университета. Серия Проблемы социально-гуманитарных и психологических наук/ :Российский новый университет; учредитель и издатель РосНоу. — 2003 —. — Москва, 2003 —. — Ежекв. — ISSN 1998-4618.— Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/21398.html>

5. Вестник Российского университета дружбы народов. Серия Психология и педагогика / : Российский университет дружбы народов ; учредитель и издатель Российский университет дружбы народов. — 2003 —. — Москва, 2003 —. — Ежекв. — ISSN 2313-1683.— Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/32606.html>.

6. Вестник Томского государственного педагогического университета. Серия Психология / : Томский государственный педагогический университет ; учредитель и издатель Томский государственный педагогический университет. — 1997 —. — Томск, 1997 —

. – Ежемес. – ISSN 1609–624X. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/12073.html>

7. Международный журнал психологии и педагогики служебной деятельности /:ООО ЮНИТИ-ДАНА ; учредитель и издатель ЮНИТИ-ДАНА. – 2016 –. – Москва, 2016 –. – Ежекв. – ISSN 2346-8351. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/59949.html>

8. Национальный психологический журнал / : Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова ; учредитель и издатель Московский государственный университет имени М.В. Ломоносова. – 2006 –. – Москва, 2006 –. – Ежекв. – ISSN 2079-6617. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. – URL: <http://www.iprbookshop.ru/27429.html>

9. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет" (далее - сеть "Интернет"), необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. — Режим доступа: <https://www.elibrary.ru/>
2. КиберЛенинка. — Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>
3. Google Scholar. — Режим доступа: <https://scholar.google.com/>
4. PubMed. — Режим доступа: <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/>
5. Российское психологическое общество. — Режим доступа: <https://psyrus.ru/>
6. Психологическая газета. — Режим доступа: <https://psy.su/>
7. Журнал «Психология и психотерапия семьи». — Режим доступа: <https://familypsychology.ru/>
8. Большая российская энциклопедия. — Режим доступа: <https://bigenc.ru/>

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

Успешное освоение данного курса базируется на рациональном сочетании нескольких видов учебной деятельности – лекций, семинарских занятий, самостоятельной работы. При этом самостоятельную работу следует рассматривать одним из главных звеньев полноценного высшего образования, на которую отводится значительная часть учебного времени.

При реализации программы с применением ДОТ:

Все виды занятий проводятся в форме онлайн-вебинаров с использованием современных компьютерных технологий (наличие презентации и форума для обсуждения).

В процессе изучения дисциплины студенты выполняют практические задания и промежуточные тесты. Консультирование по изучаемым темам проводится в онлайн-режиме во время проведения вебинаров и на форуме для консультаций.

Самостоятельная работа студентов складывается из следующих составляющих:

- работа с основной и дополнительной литературой, с материалами интернета и конспектами лекций;
- внеаудиторная подготовка к контрольным работам, выполнение докладов, рефератов и курсовых работ;
- выполнение самостоятельных практических работ;
- подготовка к экзаменам (зачетам) непосредственно перед ними.

Для правильной организации работы необходимо учитывать порядок изучения разделов курса, находящихся в строгой логической последовательности. Поэтому хорошее усвоение одной части дисциплины является предпосылкой для успешного перехода к следующей. Задания, проблемные вопросы, предложенные для изучения дисциплины, в том числе и для самостоятельного выполнения, носят междисциплинарный характер и

базируются, прежде всего, на причинно-следственных связях между компонентами окружающего нас мира. В течение семестра, необходимо подготовить рефераты с использованием рекомендуемой основной и дополнительной литературы и сдать рефераты для проверки преподавателю. Важным составляющим в изучении данного курса является решение ситуационных задач и работа над проблемно-аналитическими заданиями, что предполагает знание соответствующей научной терминологии и нормативных правовых актов.

Для лучшего запоминания материала целесообразно использовать индивидуальные особенности и разные виды памяти: зрительную, слуховую, ассоциативную. Успешному запоминанию также способствует приведение ярких свидетельств и наглядных примеров. Учебный материал должен постоянно повторяться и закрепляться.

При выполнении докладов, творческих, информационных, исследовательских проектов особое внимание следует обращать на подбор источников информации и методику работы с ними.

Для успешной сдачи экзамена рекомендуется соблюдать следующие правила:

1. Подготовка к экзамену должна проводиться систематически, в течение всего семестра.
2. Интенсивная подготовка должна начаться не позднее, чем за месяц до экзамена.
3. Время непосредственно перед экзаменом лучше использовать таким образом, чтобы оставить последний день свободным для повторения курса в целом, для систематизации материала и доработки отдельных вопросов.

На экзамене высокую оценку получают студенты, использующие данные, полученные в процессе выполнения самостоятельных работ, а также использующие собственные выводы на основе изученного материала.

Учитывая значительный объем теоретического материала, студентам рекомендуется регулярное посещение и подробное конспектирование лекций. Это необходимо и в связи с постоянными изменениями законодательства в изучаемой сфере.

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

1. Microsoft Windows Server;
2. Семейство ОС Microsoft Windows;
3. Libre Office свободно распространяемый офисный пакет с открытым исходным кодом;
4. Информационно-справочная система: Система КонсультантПлюс (КонсультантПлюс);
5. Информационно-правовое обеспечение Гарант: Электронный периодический справочник «Система ГАРАНТ» (Система ГАРАНТ);
6. Электронная информационно-образовательная система ММУ: <https://elearn.mmu.ru/>

Перечень используемого программного обеспечения указан в п.12 данной рабочей программы дисциплины.

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

12.1. Учебная аудитория для проведения учебных занятий, предусмотренных программой бакалавриата, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя, проектор, экран, колонки

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Windows 10, КонсультантПлюс, Система ГАРАНТ, Kaspersky Endpoint Security.

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Adobe Acrobat Reader DC, Google Chrome, LibreOffice, Skype, Zoom.

Подключение к сети «Интернет» и обеспечение доступа в электронную информационно-образовательную среду ММУ.

12.2. Помещение для самостоятельной работы обучающихся.

Специализированная мебель:

Комплект учебной мебели (стол, стул) по количеству обучающихся; комплект мебели для преподавателя; доска (маркерная).

Технические средства обучения:

Компьютер в сборе для преподавателя; компьютеры в сборе для обучающихся; колонки; проектор, экран.

Перечень лицензионного программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

Windows Server 2016, Windows 10, Microsoft Office, КонсультантПлюс, Система ГАРАНТ, Kaspersky Endpoint Security.

Перечень свободно распространяемого программного обеспечения:

Adobe Acrobat Reader DC, Google Chrome, LibreOffice, Skype, Zoom, Gimp, Paint.net, AnyLogic, Inkscape.

12.2.3 Для студентов обучающихся с применением ДОТ:

Учебная аудитория для проведения всех видов занятий с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, в том числе для занятий лекционного типа, семинарского типа; для проведения лабораторных работ, групповых и индивидуальных консультаций; для осуществления текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации; для выполнения курсового проектирования (курсовых работ).

Ауд. 520а (виртуальные учебные аудитории: ауд. 9/1, 9/2, 9/3, 9/4, 9/5, 9/6, Вебинарная 1, Вебинарная 2, Вебинарная 3):

Специализированная мебель:

- столы для преподавателей;

- стулья для преподавателей;

Технические средства обучения:

- компьютеры персональные для преподавателей с выходом в сети Интернет;

- наушники;

- вебкамеры;

- колонки;

- микрофоны;

Ауд. 315 (виртуальные учебные аудитории: ауд. 9/1, 9/2, 9/3, 9/4, 9/5, 9/6, Вебинарная 1, Вебинарная 2, Вебинарная 3)

Специализированная мебель:

-столы для преподавателей;

-стулья для преподавателей;

Технические средства обучения:

- компьютеры персональные для преподавателей с выходом в сети Интернет;

- наушники;

- вебкамеры;

- колонки;

- микрофоны.

13. Образовательные технологии, используемые при освоении дисциплины

Для освоения дисциплины используются как традиционные формы занятий – лекции (типы лекций – установочная, вводная, текущая, заключительная, обзорная; виды лекций – проблемная, визуальная, лекция-конференция, лекция-консультация); и семинарские (практические) занятия, так и активные и интерактивные формы занятий - деловые и ролевые игры, решение ситуационных задач и разбор конкретных ситуаций.

На учебных занятиях используются технические средства обучения мультимедийной аудитории: компьютер, монитор, колонки, настенный экран, проектор, микрофон, пакет программ Microsoft Office для демонстрации презентаций и медиафайлов, видеопроектор для демонстрации слайдов, видеосюжетов и др. Тестирование обучаемых может осуществляться с использованием компьютерного оборудования университета.

13.1 В освоении учебной дисциплины используются следующие традиционные образовательные технологии:

- чтение проблемно-информационных лекций с использованием доски и видеоматериалов;
- семинарские занятия для обсуждения, дискуссий и обмена мнениями;
- контрольные опросы;
- консультации;
- самостоятельная работа студентов с учебной литературой и первоисточниками;
- подготовка и обсуждение рефератов (проектов), презентаций (научно-исследовательская работа);
- тестирование по основным темам дисциплины.

13.2 Активные и интерактивные методы и формы обучения

Из перечня видов: («мозговой штурм», анализ НПА, анализ проблемных ситуаций, анализ конкретных ситуаций, инциденты, имитация коллективной профессиональной деятельности, разыгрывание ролей, творческая работа, связанная с освоением дисциплины, ролевая игра, круглый стол, диспут, беседа, дискуссия, мини-конференция и др.) используются следующие:

- анализ проблемных, творческих заданий, ситуационных задач;
- деловая игра;
- мини-конференция;
- дискуссия;
- беседа.

13.3 Особенности обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ)

При организации обучения по дисциплине учитываются особенности организации

взаимодействия с инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья (далее – инвалиды и лица с ОВЗ) с целью обеспечения их прав, разрабатываются адаптированные для инвалидов программы подготовки с учетом различных нозологий, виды и формы сопровождения обучения, используются специальные технические и программные средства обучения, дистанционные образовательные технологии, обеспечивается безбарьерная среда и прочее.

Выбор методов обучения определяется содержанием обучения, уровнем методического и материально-технического обеспечения, особенностями восприятия учебной информации студентов-инвалидов и студентов с ограниченными возможностями здоровья и т.д. В образовательном процессе используются социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе.

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья электронное обучение и дистанционные образовательные технологии предусматривают возможность приема-передачи информации в доступных для них формах.

Обучающиеся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья обеспечены печатными и электронными образовательными ресурсами в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья.

**Автономная некоммерческая организация высшего образования
«МОСКОВСКИЙ МЕЖДУНАРОДНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ
ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ
ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Психологическая помощь в кризисных и экстремальных ситуациях

Направление подготовки	Психология
Код	37.04.01
<i>Направленность (профиль)</i>	Консультативная и клиническая психология
Квалификация выпускника	магистр

1. Перечень кодов компетенций, формируемых дисциплиной в процессе освоения образовательной программы

Группа компетенций	Категория компетенций	Код
Универсальные	Системное и критическое мышление	УК-1
Универсальные	Самоорганизация и саморазвитие (в том числе здоровьесбережение)	УК-6
Профессиональные		ПК-7

2. Компетенции и индикаторы их достижения

Код компетенции	Формулировка компетенции	Индикаторы достижения компетенции
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий	УК-1.1: - критически анализирует проблемную ситуацию как систему, выявляя ее составляющие и связи между ними; УК-1.4: - осуществляет поиск вариантов решения поставленной проблемной ситуации на основе доступных источников информации, выбирает методы критического анализа, адекватные проблемной ситуации, и определяет достоверность получаемой информации, разрабатывает стратегию достижения поставленной цели как последовательность шагов, предвидя результат каждого из них и оценивая их влияние на общий результат планируемой деятельности.
УК-6	Способен определять и реализовывать приоритеты собственной деятельности и способы ее совершенствования на основе самооценки	УК-6.1: - определяет уровень самооценки и уровень притязаний, приоритетов собственной деятельности, личностного развития и профессионального роста; УК-6.2: - оценивает собственные личные и профессиональные качества и ресурсы, определяет приоритеты собственной деятельности, личностного развития; УК-6.3: - выстраивает и реализует траекторию саморазвития, совершенствования собственной деятельности на основе самооценки.
ПК-7	Способен осуществлять индивидуальное и групповое	ПК-7.1: - планирует и организует работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии социально

	консультирование клиентов, оказывая психологическую помощь отдельным лицам и группам, попавшим в трудную жизненную ситуацию	уязвимых и попавших в трудные жизненные ситуации на основе теоретических подходов. ; ПК-7.2: - вырабатывает рекомендации по оказанию помощи людям в адаптационный, предкризисный и кризисный периоды.
--	---	---

3. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине и критериев оценки результатов обучения по дисциплине

3.1. Описание планируемых результатов обучения по дисциплине

Планируемые результаты обучения по дисциплине представлены дескрипторами (знания, умения, навыки).

Дескрипторы по дисциплине	Знать	Уметь	Владеть
Код компетенции	УК-1		
	- методологические и теоретические основы психологии личности; - социально-психологические аспекты поведения и деятельности людей; - особенности и закономерности проявления психических свойств личности; - социально-психологические проблемы и роль общения и взаимодействия личности с социальным окружением; - социальной идентичности, саморегуляции, путях повышения самооценки.	- осуществлять самостоятельный поиск и проводить анализ научной литературы; - критически оценивать проблемные ситуации на основе системного подхода; -вырабатывать стратегию действий, оказывая помощь в кризисных и экстремальных ситуациях; - понимать мнение и позицию людей; - объективно воспринимать и оценивать людей и преодолевать барьеры в общении.	- навыками критического анализа проблемных ситуаций; - навыками совершенствования деятельности на основе самооценки для выстраивания траектории взаимодействия с клиентом; - культурой общения.
Код компетенции	УК-6		

	- методологические и теоретические основы социальной психологии, психологии личности; - социально-психологические аспекты поведения и деятельности людей; - особенности и закономерности протекания психических процессов, психических состояний и психических свойств личности в кризисной и экстремальной ситуации.	- осуществлять самостоятельный поиск и проводить анализ научной литературы поведения и деятельности людей в кризисной и экстремальной ситуации; - самостоятельно планировать и осуществлять исследовательскую деятельность; - определять приоритеты деятельности, личностного развития клиента.	- навыками самостоятельной работы с научной литературой; - навыками анализа собственной деятельности и способов ее совершенствования на основе самооценки.
Код компетенции	ПК-7		
	- базовые теоретические принципы и модели экстренной психологической помощи; - содержательную основу и отличительные особенности современных моделей психологической помощи в кризисных ситуациях; - базовые и специальные приемы и техники, применяемые при психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях.	- самостоятельно определять виды и методы экстренной психологической помощи клиенту; - выявлять индивидуально-психологические и социально-психологические факторы риска дезадаптации, первичной и вторичной профилактики психологических расстройств при психологической помощи в кризисных ситуациях; - подбирать и применять методы анализа данных психологического обследования клиента в конкретной ситуации; - выявлять и анализировать информацию,	- навыками проведения психологического вмешательства с использованием индивидуальных, групповых и семейных методов; - навыками проведения психодиагностики, экспертизы и коррекции психологических свойств и состояний людей при психологической помощи; - способностью обрабатывать и анализировать данные психодиагностического обследования клиента; - методом анализа информации, необходимой для определения целей психологического вмешательства;

	- виды психологического вмешательства; - принципы разработки программ психологического вмешательства с учетом нозологических и индивидуально-психологических характеристик.	- необходимую для определения целей психологического вмешательства; - разрабатывать программы вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик.	- владеть приемами моделирования программ вмешательства с учетом индивидуально-психологических характеристик.
--	--	--	---

3.2. Критерии оценки знаний студентов

Шкала оценивания	Индикаторы достижения	Показатели оценивания результатов обучения
ОТЛИЧНО/Зачтено	Знает:	- студент глубоко и всесторонне усвоил материал, уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - на основе системных научных знаний делает квалифицированные выводы и обобщения, свободно оперирует категориями и понятиями.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания, уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, используя научные понятия, ссылаясь на нормативную базу.
	Владеет:	- студент владеет рациональными методами (с использованием рациональных методик) решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; При решении продемонстрировал навыки - выделения главного, - связкой теоретических положений с требованиями руководящих документов, - изложения мыслей в логической последовательности, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
ХОРОШО/Зачтено	Знает:	- студент твердо усвоил материал, достаточно грамотно его излагает, опираясь на знания основной и дополнительной литературы, - затрудняется в формулировании квалифицированных выводов и обобщений, оперирует категориями и понятиями, но не всегда правильно их верифицирует.
	Умеет:	- студент умеет самостоятельно и в основном правильно решать учебно-профессиональные задачи или задания,

		уверенно, логично, последовательно и аргументировано излагать свое решение, не в полной мере используя научные понятия и ссылки на нормативную базу.
	Владеет:	- студент в целом владеет рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; - При решении смог продемонстрировать достаточность, но не глубинность навыков - выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности. - связи теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/Зачтено	Знает:	- студент ориентируется в материале, однако затрудняется в его изложении; - показывает недостаточность знаний основной и дополнительной литературы; - слабо аргументирует научные положения; - практически не способен сформулировать выводы и обобщения; - частично владеет системой понятий.
	Умеет:	- студент в основном умеет решить учебно-профессиональную задачу или задание, но допускает ошибки, слабо аргументирует свое решение, недостаточно использует научные понятия и руководящие документы.
	Владеет:	- студент владеет некоторыми рациональными методами решения сложных профессиональных задач, представленных деловыми играми, кейсами и т.д.; - При решении продемонстрировал недостаточность навыков - выделения главного, - изложения мыслей в логической последовательности. - связи теоретических положений с требованиями руководящих документов, - самостоятельного анализа факты, событий, явлений, процессов в их взаимосвязи и диалектическом развитии.
НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО/Не	Знает:	- студент не усвоил значительной части материала; - не может аргументировать научные положения; - не формулирует квалифицированных выводов и обобщений; - не владеет системой понятий.
	Умеет:	студент не показал умение решать учебно-профессиональную задачу или задание.

	Владеет:	не выполнены требования, предъявляемые к навыкам, оцениваемым “удовлетворительно”.
--	----------	--

При ответе на вопросы в рамках прохождения промежуточной аттестации (зачет/зачет с оценкой/экзамен) допускается вольная формулировка ответа, по смыслу раскрывающая содержание ответа, указанного в фонде оценочных средств, в качестве верного ответа.

4. Типовые контрольные задания (закрытого, открытого и иного типа) для проведения промежуточной аттестации, необходимые для оценки достижения компетенции, соотносенной с результатами обучения по дисциплине

ТЕСТИРОВАНИЕ 2 СЕМЕСТР УК-1

1. Состояние, возникающее перед трудной проблемой, которую человек не может быстро решить привычным способом.

Ответ: кризис

2. Внутренняя работа по восстановлению душевного равновесия после критической ситуации называется _____.

Ответ: переживание

3. Соотнесите характеристики «удачных» процессов переживания и их признаки

1	Произвольность, сознательность	А	Целенаправленные и гибкие процессы
2	Отношение к реальности	Б	Признание и исследование ситуации
3	Дифференцированность	В	Умение делить проблему на задачи
4	Отношение к помощи	Г	Активный поиск и принятие помощи

Ответ: 1–А, 2–Б, 3–В, 4–Г

4. Фрустрацию вызывают барьеры:

- а) только внешние
- б) внутренние и внешние
- в) только ситуативные
- г) только сильные

Ответ: б

5. Кризис болезни относится к:

- а) кризисам развития
- б) кризисам утраты
- в) кризисам травмы
- г) нормативным кризисам

Ответ: в

6. Депрессивная реакция в кризисе проявляется:

- а) апатией и разочарованием
- б) эйфорией
- в) повышенной активностью
- г) безразличием к опасности

Ответ: а

7. Основная цель экстренной психологической помощи:

- а) постановка диагноза
- б) стабилизация состояния человека
- в) длительная психотерапия
- г) тестирование личности

Ответ: б

8. Экстренная психологическая помощь отличается от обычной тем, что:

- а) проводится только врачом
- б) направлена на немедленное снижение дистресса
- в) не требует общения
- г) длится годами

Ответ: б

9. Стрессогенным фактором экстремальной ситуации является:

- а) безопасность
- б) неопределенность
- в) отдых
- г) стабильность

Ответ: б

10. Одной из психических реакций при катастрофах является:

- а) паника
- б) вдохновение
- в) расслабленность
- г) скука

Ответ: а

11. Дебрифинг — это:

- а) метод наказания
- б) форма групповой кризисной помощи
- в) психодиагностика
- г) медикаментозная процедура

Ответ: б

12. Кризисная интервенция направлена прежде всего на:

- а) решение актуальной проблемы
- б) анализ детства клиента

- в) обучение профессии
- г) развитие интеллекта

Ответ: а

13. При суицидальном риске психологу важно прежде всего:

- а) спорить с клиентом
- б) оценить уровень опасности
- в) игнорировать высказывания
- г) сменить тему

Ответ: б

14. Высокий риск суицида повышает:

- а) наличие поддержки
- б) чувство безысходности
- в) стабильный режим дня
- г) чувство юмора

Ответ: б

15. ПТСР развивается после:

- а) обычной беседы
- б) психотравмирующего события
- в) просмотра фильма
- г) сна

Ответ: б

16. Вторичная травматизация возникает у:

- а) случайных прохожих
- б) помогающих специалистов
- в) спортсменов
- г) детей дошкольного возраста

Ответ: б

17. Эмоциональное выгорание связано с:

- а) хроническим профессиональным стрессом
- б) отдыхом
- в) отпуском
- г) физической тренировкой

Ответ: а

18. При тестировании недостоверные результаты возможны из-за:

- а) ясной инструкции
- б) бестактности психолога
- в) доверия клиента
- г) мотивации испытуемого

Ответ: б

19. Одним из признаков кризиса является:

- а) ощущение тупика
- б) полное спокойствие
- в) отсутствие эмоций
- г) безразличие к будущему

Ответ: а

20. Экспресс-коррекция кризисных состояний используется для:

- а) быстрого снижения напряжения
- б) многолетней терапии
- в) обучения профессии
- г) повышения памяти

Ответ: а

2 СЕМЕСТР

УК-6

1. Групповая форма кризисной помощи после травматического события называется _____.

Ответ: дебрифинг

2. Психическое расстройство после тяжелой травмы обозначается аббревиатурой _____.

Ответ: ПТСР

3. Соотнесите стадии переживания утраты по Э. Кюблер-Росс с их характеристиками

№	Стадия		Характеристика
1	Отрицание	А	Апатия, утрата интереса, чувство безнадежности
2	Гнев	Б	Принятие ситуации, снижение внутреннего сопротивления
3	Депрессия	В	Непризнание факта утраты, отказ верить в произошедшее
4	Принятие	Г	Раздражение, обвинения, агрессивные реакции

Ответ: 1–В, 2–Г, 3–А, 4–Б

4. Телефон доверия относится к форме помощи:

- а) дистанционной
- б) медикаментозной
- в) юридической
- г) педагогической

Ответ: а

5. Главный принцип работы консультанта — это:

- а) осуждение клиента
- б) конфиденциальность
- в) давление
- г) манипуляция

Ответ: б

6. Паллиативная помощь направлена на:

- а) улучшение качества жизни тяжелобольного
- б) повышение успеваемости
- в) трудоустройство
- г) спортивные достижения

Ответ: а

7. В работе с умирающим пациентом важно:

- а) игнорировать чувства
- б) поддерживать достоинство личности
- в) избегать контакта
- г) критиковать слабость

Ответ: б

8. При кризисном консультировании психолог должен:

- а) сохранять спокойствие
- б) усиливать тревогу
- в) спорить
- г) обвинять

Ответ: а

9. Одним из симптомов ПТСР является:

- а) навязчивые воспоминания
- б) улучшение памяти
- в) эйфория
- г) сонливость без причин

Ответ: а

10. Эффективная помощь при панике включает:

- а) четкие инструкции
- б) хаотичную речь
- в) крик
- г) угрозы

Ответ: а

11. Профессиональные границы необходимы для:

- а) безопасности клиента и специалиста
- б) избегания работы
- в) увеличения конфликтов
- г) контроля клиента

Ответ: а

12. Одной из задач психологической профилактики является:

- а) предупреждение выгорания
- б) усиление стресса
- в) изоляция сотрудников
- г) запрет общения

Ответ: а

13. При острой реакции на стресс часто наблюдается:

- а) дезориентация
- б) абсолютное спокойствие
- в) безмятежность
- г) отсутствие движений всегда

Ответ: а

14. Эмпатия — это:

- а) способность понимать чувства другого
- б) безразличие

- в) спор
- г) контроль

Ответ: а

15. Психологическая устойчивость повышается за счет:

- а) поддержки окружения
- б) социальной изоляции
- в) бессонницы
- г) хаоса режима

Ответ: а

16. В кризисе важно восстановить:

- а) чувство контроля
- б) беспомощность
- в) растерянность
- г) зависимость

Ответ: а

17. Суицидальные угрозы следует:

- а) воспринимать серьезно
- б) игнорировать
- в) высмеивать
- г) запрещать обсуждать

Ответ: а

18. Длительный стресс может привести к:

- а) истощению
- б) росту энергии всегда
- в) мгновенному счастью
- г) исчезновению эмоций

Ответ: а

19. Психообразование клиента — это:

- а) информирование о состоянии и помощи
- б) экзамен
- в) наказание
- г) наблюдение без беседы

Ответ: а

20. Основой доверительного контакта является:

- а) уважение
- б) давление
- в) страх
- г) критика

Ответ: а

2 СЕМЕСТР

ПК-7

1. Вид кризиса у подростка 13 лет часто связан с возрастными изменениями и называется _____ кризис.

Ответ: возрастной

2. Оскорбления, унижения и словесные нападки в семье — это _____ насилие.

Ответ: психологическое

3. Соотнесите вид психологической помощи и его содержание

№	Вид помощи		Содержание
1	Экстренная помощь	А	Длительная работа с личностью и глубинными переживаниями
2	Кризисная интервенция	Б	Срочная стабилизация эмоционального состояния
3	Психотерапия	В	Работа с актуальной кризисной проблемой
4	Профилактика	Г	Предупреждение нарушений и развитие ресурсов

Ответ: 1–Б, 2–В, 3–А, 4–Г

4. Хамское поведение подростка может быть связано с:

- а) возрастным кризисом
- б) полной зрелостью
- в) отсутствием эмоций
- г) высокой стрессоустойчивостью

Ответ: а

5. Фраза «у тебя ничего не получится» является примером:

- а) поддержки
- б) психологического насилия
- в) поощрения
- г) заботы

Ответ: б

6. Консультирование семьи направлено на:

- а) улучшение взаимодействия
- б) усиление конфликтов
- в) поиск виноватого
- г) наказание ребенка

Ответ: а

7. Агрессивное поведение ребенка требует:

- а) анализа причин
- б) немедленного осуждения
- в) игнорирования
- г) изоляции без объяснений

Ответ: а

8. В работе с семьей важно учитывать:

- а) систему отношений
- б) только одного человека
- в) только возраст
- г) только доход

Ответ: а

9. Подростковый кризис часто сопровождается:

- а) стремлением к самостоятельности
- б) полной пассивностью всегда
- в) отсутствием мнения
- г) безусловным послушанием

Ответ: а

10. Конструктивный способ решения конфликта:

- а) диалог
- б) унижение
- в) игнорирование навсегда
- г) угрозы

Ответ: а

11. Семейная поддержка способствует:

- а) снижению тревоги
- б) усилению дезадаптации
- в) росту агрессии всегда
- г) отчуждению

Ответ: а

12. Основной метод изучения семейных отношений:

- а) беседа
- б) наказание
- в) внушение
- г) спор

Ответ: а

13. Методика «Рисунок семьи» используется для:

- а) диагностики семейных отношений
- б) проверки зрения
- в) оценки слуха
- г) тренировки памяти

Ответ: а

14. Родительская гиперопека ведет к:

- а) снижению самостоятельности
- б) зрелой автономии всегда
- в) независимости
- г) эмоциональной устойчивости всегда

Ответ: а

15. Эффективный специалист должен проявлять:

- а) тактичность
- б) грубость
- в) безразличие
- г) насмешку

Ответ: а

16. Психологическая диагностика пары включает:

- а) оценку взаимоотношений
- б) только IQ

- в) только темперамент
- г) только внешность

Ответ: а

17. Профилактика конфликтов включает:

- а) развитие навыков общения
- б) запрет обсуждений
- в) накопление обид
- г) избегание контакта

Ответ: а

18. Один из ресурсов семьи в кризисе:

- а) взаимопомощь
- б) отчуждение
- в) молчание
- г) обвинения

Ответ: а

19. Психолог в конфликтной семье должен сохранять:

- а) нейтральность
- б) обвинительную позицию
- в) жесткость
- г) превосходство

Ответ: а

20. Главный результат помощи семье:

- а) улучшение функционирования семьи
- б) усиление зависимости
- в) прекращение общения
- г) рост напряжения

Ответ: а