

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего профессионального образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)



А.А.Панфилов  
« 03 » 02 20 15 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ**  
(НАИМЕНОВАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ)

Направление подготовки 37.03.01 - Психология

Профиль/программа подготовки

Уровень высшего образования – бакалавриат

Форма обучения – заочная

Семестр	Трудоемкость зач. ед./ час.	Лекции, час.	Практич. занятия, час.	Лаборат. работы, час.	СРС, час.	Форма промежуточного контроля (экз./зачет)
9	3/108	4	4		100	Зачет
Итого	3/108	4	4		100	Зачет

Владимир 2015

## 1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель дисциплины - ознакомить студентов с основными видами, принципами, задачами психологической помощи, а также ознакомить студентов со специальными вопросами консультационной практики.

## 2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВО

Дисциплина «Психологическая помощь в кризисных ситуациях» относится к вариативной части учебного плана ОПОП по направлению 37.03.01 – «Психология».

Изучение данного курса предполагает наличие базовых знаний, полученных студентами в процессе освоения других дисциплин: «Общая психология», «Безопасность жизнедеятельности», «Психодиагностика», «Анатомия центральной нервной системы», «Психологическое консультирование», «Психофизиология», «Основы патопсихологии», «Психология стресса», «Психология сознания и переживания», «Личностные расстройства», «Психология эмоций», «Психология здоровья».

Служит основой для освоения дисциплин: «Социальная психология», «Консультирование на телефоне доверие», «Психология общения», «Юридическая психология».

## 3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

### **общепрофессиональные компетенции (ОПК):**

– способностью решать стандартные задачи профессиональной деятельности на основе информационной и библиографической культуры с применением информационно-коммуникационных технологий и с учетом основных требований информационной безопасности (ОПК-1).

### **профессиональные компетенции (ПК),**

– способностью к реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развитии, профессиональных рисков в различных видах деятельности (ПК-1);

– способностью к осуществлению стандартных базовых процедур оказания индивиду, группе, организации психологической помощи с использованием традиционных методов и технологий (ПК-3);

– способностью к выявлению специфики психического функционирования

человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска, его принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-4);

**Знать:**

– основные требования к библиографическому описанию книг, способы организации информационно- поисковой работы; нормативно- правовые основы информационного обмена, основные угрозы безопасности при работе с информацией; современное состояние и тенденции развития компьютерной техники, основные методы, способы и средства получения, хранения и переработки информации; особенности современных информационных технологий и основные принципы устройства сети Интернет, основные общие и психологические ресурсы Интернета (ОПК-1).

**Уметь:**

– осуществлять самостоятельный библиографический и информационный поиск; организовывать и выполнять мероприятия по обеспечению защиты информации; при помощи компьютерной техники осуществлять поиск, хранение и переработку необходимой информации (ОПК-1);

– использовать современные информационные технологии и систему Интернет в профессиональной деятельности (ОПК-1).

**Владеть:**

– приемами выявления психологических факторов риска;

– приемами использования средств защиты от негативных воздействий социальной среды на человека; методикой расчета ущерба, связанного с травматизмом и несоблюдением требований гигиены и охраны труда (ПК-1, ПК-3, ПК-4).

– навыками использования данных библиографического и информационного поиска при решении профессиональных задач, в том числе в процессе оформления научных статей, отчетов, заключений; навыками поддержания информационной безопасности, в том числе защиты государственной тайны; навыками работы с различными компьютерными информационными базами; приемами и методами профильного использования современных информационных технологий, в том числе различных офисных приложений, и сети Интернет (ПК-1, ПК-3, ПК-4).



#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 часа.

№ п/п	Раздел (тема) дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Объем учебной работы, с применением интерактивных методов (в часах / %)	Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра), форма промежуточной аттестации (по семестрам)	
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Контрольные работы	СРС			КП / КР
1	Общее представление о психологической помощи	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
2	Виды консультирования и их особенности	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
3	Содержание и цели консультационного процесса	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
4	Профессиональные деформации и этические проблемы в деятельности психолога - консультанта	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
5	Методические основы решения профессиональных задач	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
6	Содержание и особенности экстренной психологической помощи	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
7	Психологическая помощь в переживании острого горя	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
8	Проблема миграции и особенности психологической помощи	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
9	Психологическая помощь в зоне боевых действий и послевоенный период.	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
10	Посттравматическое стрессовое расстройство	9		0,2	0,2			5		0,2/50%	
11	Психологическая помощь сотрудникам МЧС	9		0,2	0,2			10		0,2/50%	
12	Консультативная помощь в период послевоенной реабилитации	9		0,2	0,2			10		0,2/50%	
13	Психологическая помощь детям в трудных жизненных ситуациях	9		0,6	0,6			10		0,6/50%	
14	Психологическая помощь семье в ситуации развода.	9		0,5	0,5			10		0,5/50%	
15	Особенности психологической работы с суицидентами	9		0,5	0,5			10		0,5/50%	
<b>Всего</b>		<b>9</b>		<b>4</b>	<b>4</b>			<b>100</b>		<b>4/50%</b>	<b>Зачет</b>

#### 5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

- Информационно-коммуникационные технологии (1- 15 разделы).
- Case-study (1 – 15 разделы).

- c. Проблемное обучение (7 раздел).
  - d. Обучение на основе опыта (1-15 разделы).
  - e. Индивидуальное обучение (1 – 15 разделы).
  - f. Междисциплинарное обучение (1 – 15 разделы).
  - g. Опережающая самостоятельная работа (1 – 15 разделы).
- Формы организации учебного процесса:
- h. Лекция (1 – 15 разделы).
  - i. Самостоятельная работа студентов (1 – 15 разделы).
  - j. Научно-исследовательская работа студентов: подготовка выступления на научной студенческой конференции (1 – 15 разделы).
  - k. Консультация, тьюторство: консультирование студентов по проблеме выступления на научной студенческой конференции (1 – 15 разделы).

## **6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ**

### **ТЕМЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ**

#### **Тема 1. Общее представление о психологической помощи**

Понятие о психологическом консультировании, психологической коррекции, психотерапии. Понятие о психологической информации. Особенности получения психологической информации в процессе консультирования. Возможности и ограничения психологического консультирования.

#### **Тема 2. Виды консультирования и их особенности**

Классификация видов консультирования: *по длительности* - краткосрочное и долгосрочное консультирование; *по характеру запроса* – проблемное, развивающее, экстремальное. Характерные особенности каждого вида психологической помощи.

#### **Тема 3. Содержание и цели консультационного процесса**

Условия результативности и критерии эффективности консультационного процесса. Цели, задачи, принципы психологического консультирования. Этапы процесса консультирования. Профессиональная рефлексия на содержание психологической задачи. Профессиональное использование психологической информации

#### **Тема 4. Профессиональные деформации и этические проблемы в деятельности психолога - консультанта**

Особенности личности консультанта. Стереотипы и шаблоны в профессиональной деятельности. Влияние личностных предрассудков в процессе консультирования. «Комплекс мессии», «профессиональный невроз» и эмоциональное «выгорание» как признаки профессиональной деформации личности. Проблема нравственных оценок и ценностной системы консультанта в практической деятельности. Проблема эмоциональной привязанности к клиенту. Эмпатия в работе с клиентом. Проблема влияния как результата эмпатии. Проблема временного влияния личности.

#### **Тема 5. Методические основы решения профессиональных задач**

Типы задач взаимодействия клиента с психологом. Методические основы решения психологических задач. Профессиональные методы воздействия, применяемые консультантом. Интерпретация, ее функции. Директива. Совет (информация). Самораскрытие. Воздействующее резюме. Открытые и закрытые вопросы. Пересказ. Отражение чувств. Приемы направленного воздействия на клиента. Установление степени реконструкции нарушенных личностных отношений. Степень восстановления полноценного социального функционирования клиента.

#### **Тема 6. Содержание и особенности экстренной психологической помощи**

. Содержание и методы экстренной помощи. Общность условий и цели оказания экстренной психологической помощи. Модель деятельности психолога. Группа организации работ. Группа селекции. Группа помощи специалистам. Группа завершения. Условия выбора методов экстренной психологической помощи.

#### **Тема 7. Психологическая помощь в переживании острого горя**

Особенности помощи и консультирования в периоды тяжелых переживаний человека. Психологическая помощь человеку в ситуации острого горя. Симптоматология нормального горя. Ход нормальных реакций горя. Патологические реакции горя. Особенности организации взаимодействия «консультант - клиент». Задачи консультирования в ситуации утраты близкого. Помощь детям и родителям в связи с потерей близкого человека.

#### **Тема 8. Проблема миграции и особенности психологической помощи**

Проблемы миграции и ее последствий. Экстремальные ситуации внутренней миграции. Проблемы социальной помощи мигрантам. Проблемы психологической помощи мигрантам. Специфика условий и этапы работы психолога.

#### **Тема 9. Психологическая помощь в зоне боевых действий и послевоенный период.**

Психологическая работа с клиентами на войне и в послевоенный период. Условия профессиональной деятельности психолога на войне. Когнитивные модели преодоления кризисных ситуаций.



#### **Тема 10. Посттравматическое стрессовое расстройство**

Понятие накопленного стресса. Реакции накопленного стресса. Возможные реакции до травмирующей ситуации, а также во время и после нее. Характеристики ПТС и посттравматического расстройства (ПТР). Риск людей, оказывающих помощь. Техники переструктурирования.

#### **Тема 11. Психологическая помощь сотрудникам МЧС**

Основные эффекты у спасателей после крупных катастроф. Ценностно-смысловые эффекты. Личностные и психосоматические эффекты. Межличностные эффекты. Анализ условий работы спасателей. Роль психолога в спасательной службе. Этапы деятельности психолога. Профилактический (предваряющий этап). Кризисная интервенция и экстренная психологическая помощь. Дебрифинг. Психотерапия. Парадоксальные техники и подходы.

#### **Тема 12. Консультативная помощь в период послевоенной реабилитации**

«Возвращение» домой ветеранов войны. Работа с родителями и семьями участников боевых действий. Консультативная помощь. Факторы, определяющие риск нарушения психологической безопасности.

#### **Тема 13. Психологическая помощь детям в трудных жизненных ситуациях**

Особенности психологической работы с детьми, пережившими стресс - событие. Этапы эмоционального переживания стресс - события. Диагностика и коррекция эмоционального состояния ребенка. Особенности групповой работы с детьми, переживающими утрату близких. Психологическое сопровождение детей, эвакуированных из зоны боевых действий. Работа с подростками, пережившими насилие. Тяжелое заболевание ребенка: горестные переживания. Вич - инфицированные наркоманы.

#### **Тема 14. Психологическая помощь в семье в ситуации развода**

Стратегии поведения в ситуации развода. Социально-психологический аспект развода как следствия кризиса супружеских отношений. Структурные компоненты кризиса семейных отношений. Психологическая помощь в решении проблем разводящейся семьи. Психологическая поддержка детям разводящихся родителей. Рекомендации по воспитанию ребенка в неполной семье.

#### **Тема 15. Особенности психологической работы с суицидентами**

Причины возникновения и характер суицидальных намерений. Виды суицидов. Особенности когнитивной сферы суицидентов. Этапы психологической коррекции лиц, предпринявших попытку суицида. «Суицидент» – «клиент»: выбор психотехнических приемов. Телесноориентированный подход в работе с суицидентами.

## ВОПРОСЫ К ЗАЧЕТУ

1. Общая концепция психологической помощи.
2. Профессиональные эталоны деятельности практического психолога.
3. Психологическое консультирование как особый вид деятельности практического психолога.
4. Особенности организации психологического консультирования.
5. Возможности и ограничения психологического консультирования.
6. Конструктивные варианты организации встреч с клиентом. Виды консультирования.
7. Этические нормы и принципы в психологическом консультировании.
8. Характер и содержание трудностей в психологическом консультировании.
9. Этапы процесса консультирования: цели, задачи, особенности.
10. Понятие «симптом - мишени» в консультировании и ее характеристики.
11. Психодиагностический этап в консультировании: цели и задачи диагностики.
12. Требования к подбору психодиагностических методик в консультировании.
13. Особенности личности консультанта. Стереотипы и шаблоны в профессиональной деятельности. Влияние личностных предрассудков в процессе консультирования.
14. Жизненный путь как характеристика непрерывности и цельности личности.
15. Согласованность поведения во времени и в разных ситуациях. Влияние на поведение прошлого, настоящего и будущего.
16. Развод как ситуация кризисного консультирования. Семейная диагностика.
17. Основные принципы и правила сем консультирования (Э.Г.Эйдемиллер). Этапы консультационной работы с семьей. Семейные мифы и формирование адекватного образа «мы». Методы семейного консультирования.
18. Типы семейных мифов в дисгармоничных семьях.
19. Социальное научение и неадекватное поведение.
20. Когнитивная модель депрессии и тревожных расстройств.
21. Помощь людям в особых случаях.
22. Тяжелые переживания как одна из форм психологического кризиса.
23. Психологическая помощь человеку в ситуации острого горя.
24. Особенности организации взаимодействия «консультант - клиент».
25. Особенности и задачи экстренной психологической помощи.
26. Проблемы миграции и ее последствий.
27. Особенности переживаний в чрезвычайных ситуациях, связанных с военной службой.
28. Посттравматический стресс: спасательные команды и добровольцы. Понятие накопленного стресса.



29. Характеристики ПТС и посттравматического расстройства (ПТР).
30. Психологическая помощь спасателям и сотрудникам спецподразделений.
31. Роль психолога в спасательной службе.
32. Психологическая реабилитация лиц, переживших военных конфликт.
33. Работа с родителями и семьями участников боевых действий.
34. Особенности психологической работы с детьми, пережившими стресс- событие.
35. Особенности групповой работы с детьми, переживающими утрату близких.
36. Работа с подростками, пережившими насилие.
37. Тяжелое заболевание ребенка: горестные переживания.
38. Вич-инфицированные наркоманы.

## **7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

### **Основная литература**

1. Медицина чрезвычайных ситуаций. Организация. Клиника. Диагностика. Лечение. Реабилитация. Инновации. В 2 т. Т. 2 [Электронный ресурс] / Под ред. Р.А. Нигмедзянова, Л.А. Глазникова. - Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2015.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785000194751.html>

2. Основы психосоциальной работы с населением [Электронный ресурс]: учеб. пособие / А.Н. Сухов. - М.: ФЛИНТА, 2013. - 638 с. - ISBN 978-5-9765-1654-0.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976516540.html>

3. Психология стресса [Электронный ресурс]: учеб. пособие / Б.Р. Мандель. - М.: ФЛИНТА, 2014. - 252 с. - ISBN 978-5-9765-2005-9.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785976520059.html>

### **Дополнительная литература**

1. Загайнов Рудольф. Кризисные ситуации в спорте и психология их преодоления [Текст]: монография / Р.М. Загайнов. - М.: Советский спорт, 2010. - 232 с.: ил. - ISBN 978-5-9718-0483-3. <http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785971804833.html>

2. Рабочая книга психолога социальной защиты: [пособие] / В.Ю. Меновщиков. - М.: Изд-во ВЛАДОС-ПРЕСС, 2010. - 303 с.: табл. - (Библиотека психолога). - ISBN 978-5-305-00220-1.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785305002201.html>

3. Холлис Джеймс. Перевал в середине пути: Как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни /Пер с англ. (2-е изд., стереотипное).- М.: "Когито-Центр", 2009.- 208 с. (Юнгианская психология) - ISBN 978-5-89353-296-8.

<http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785893532968.html>

### Периодические издания

Журнал «Вопросы психологии» изд-во ИП РАО г. Москва

Журнал «Психологическая наука и образование» изд-во МГППУ г. Москва

Журнал «Московский психотерапевтический журнал» изд-во МГППУ г. Москва

Журнал «Культурно-историческая психология» изд-во МГППУ г. Москва

«Журнал практической психологии и психоанализа» изд-во института практической психологии и психоанализа г. Москва

### Интернет ресурсы

1. <http://znanium.com/>
2. <http://www.diss.rsl.ru/>
3. <http://polpred.com/>
4. <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

## 8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

За кафедрой «Психология личности и специальная педагогика» закреплены **семь учебных аудиторий:**

ауд. 220-2 – 72,6 м<sup>2</sup> на 75 посадочных мест, оборудованная переносным мультимедийным комплексом (ноутбук + мультимедийный проектор Panasonic PT-L735E), экран;

ауд. 516 -2– 67,9 м<sup>2</sup> на 75 посадочных мест, оборудованная проектором NEC LT 265/LT 245, ноутбук, экран;

ауд. 517 -2 – 70,3 м<sup>2</sup> на 77 посадочных мест, оборудованная проектором Panasonic PT-L735E, ноутбук, интерактивная доска, плакаты, макеты;

ауд. 518-2 – 34,4 м<sup>2</sup> на 25 посадочных мест, оборудованная переносным мультимедийным комплексом (ноутбук + мультимедийный проектор Panasonic PT-L735E) 3 станции Pentium –III, принтер HP LaserJet 1100, музыкальный центр Panasonic;

ауд. 520-2 – 34,8 м<sup>2</sup> на 25 посадочных мест, оборудованная 11 компьютеров на базе Athlon X2 3600, 1 компьютер ART-PC Office 1012, 2 компьютера Kraftway Credo KC 51 i3 – 3220, дополнительное оборудование – 3 полиграфные установки (КРИС (1 шт.), РИФ (2 шт.)), мультимедийный проектор BenQ MP 620 C, электронная доска.

ауд. 519-2 - 36м<sup>2</sup> на 10 посадочных мест, оборудованная телевизором, видеокамера, 1 станция Pentium –III, принтер HP LaserJet 1100, музыкальный центр Panasonic, массажная кушетка;

ауд. 209а-3 - 36м<sup>2</sup> на 10 посадочных мест, оборудованная принтером Брайля Everest-D V4 с соответствующим программным обеспечением, магнитный набор «Ориентир» (3 штуки), компьютер – 2 штуки, программа экранного доступа Jaws for Windows, многофункциональное устройство, программа Fine Rider, дисплей Брайля Focus 14, брошюратор, метр складной с рельефными делениями.



Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению 37.03.01 – Психология.

Рабочую программу составил: к.п.с.н., доцент Филатова О.В. Филатова

Рецензент: медицинский психолог ГКУЗ ВО ОПБ №1 Крылова Т.А. Крылова

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Психология личности и специальная педагогика

Протокол № 6/1 от 02.02.2015 года.

Заведующий кафедрой к. п. с. н., доц. Филатова О.В. Филатова

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании учебно – методической комиссии направления 37.03.01 – Психология

Протокол № 5А от 03.02.2015 года.

Председатель комиссии: д.и.н., профессор Петровичева Е.М. Петровичева

**ЛИСТ ПЕРЕУТВЕРЖДЕНИЯ  
РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Рабочая программа одобрена на 2015-2016 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1/1 от 01.09.2015 года

Заведующий кафедрой  к.п.н., доцент Елорова Д.В.

Рабочая программа одобрена на 2016-2017 учебный год

Протокол заседания кафедры № 2/1 от 01.09.2016 года

Заведующий кафедрой  к.п.н., доцент Фрошина Е.В.

Рабочая программа одобрена на 2017-2018 учебный год

Протокол заседания кафедры № 2 от 06.09.2017 года

Заведующий кафедрой  к.п.н., доцент Фрошина Е.В.


Рабочая программа одобрена на 2018-2019 учебный год

Протокол заседания кафедры № 1 от 31.08.2018 года

Заведующий кафедрой  к.п.н., доцент Фрошина Е.В.

Рабочая программа одобрена на 2019-2020 учебный год

Протокол заседания кафедры № 12 от 26.06.2019 года

Заведующий кафедрой  к.п.н., доцент Фрошина Е.В.

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_

Рабочая программа одобрена на \_\_\_\_\_ учебный год

Протокол заседания кафедры № \_\_\_\_\_ от \_\_\_\_\_ года

Заведующий кафедрой \_\_\_\_\_