

федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования "Приволжский исследовательский медицинский университет"
Министерства здравоохранения Российской Федерации



УТВЕРЖДАЮ
Проректор по учебной работе
Богомолова Е.С.

« 4 » июня 2020 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

по дисциплине

КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ В КРИЗИСНЫХ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ

направление подготовки **37.04.01 Психология**

профиль **Клиническая психология**

Квалификация выпускника:

Магистр

Форма обучения:

очно-заочная

Нижний Новгород
2020

Фонд оценочных средств по дисциплине «Консультирование в кризисных и чрезвычайных ситуациях» предназначен для контроля знаний по программе подготовки в магистратуре по направлению подготовки 37.04.01 «Психология», профиль «Клиническая психология».

1. Паспорт фонда оценочных средств по дисциплине «Консультирование в кризисных и чрезвычайных ситуациях»

| Компетенция | Результаты обучения | Виды занятий | Оценочные средства |
|-------------|---|--|--------------------|
| ОК-2 | <p>готовностью действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • специфику профессиональной постановки практических задач в области диагностики, консультирования, психологического сопровождения, психотерапии при работе с переживанием экстремальных ситуаций; • базовые способы и технологии рефлексии и анализа собственной деятельности практического психолога при работе с переживаниями экстремальных ситуаций, применять техники эмоционально-когнитивной регуляции собственной деятельности <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • грамотно и профессионально ставить, методологически обоснованно формулировать практические задачи диагностики, консультирования, психологического сопровождения, психотерапии при работе с переживанием экстремальных ситуаций; • анализировать собственную деятельность практического психолога при работе с переживаниями экстремальных ситуаций, применять разнообразные техники эмоционально-когнитивной регуляции собственной деятельности <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • базовыми приемами и навыками грамотной и профессиональной постановки, методологически обоснованного формулирования практических задач диагностики, консультирования, психологического сопровождения психотерапии при работе с переживанием; <p>навыками и техниками анализа собственной профессиональной деятельности практического психолога при работе с переживаниями экстремальных ситуаций, применять техники эмоционально-когнитивной регуляции собственной деятельности</p> | Практические занятия, самостоятельная работа | Тесты, опрос |
| ПК-5 | готовность к диагностике, экспертизе и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в | | |

| Компетенция | Результаты обучения | Виды занятий | Оценочные средства |
|-------------|--|---|--|
| | <p>норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • особенности проявлений психических процессов, состояний и свойств; • основные методы, приёмы и средства психодиагностики стрессовых ситуаций; • основные механизмы, технологии психологического воздействия на разных этапах развития индивида и личности, процедуры оказания краткосрочной психологической помощи индивидам, группам и сообществам; • особенности психологического консультирования, его методологические основы, этапы, техники и приёмы; • психологические механизмы, лежащие в основе технологии экстренного консультирования; • требования к личности и подготовке психолога, работающего в экстренных и чрезвычайных ситуациях, возможности, ограничения и проблемы психологического консультирования, место консультирования в системе психологической помощи; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • осуществлять анализ психологической проблемы; • ориентироваться в современных научных концепциях и выделять ключевые проблемы психологии экстремальных состояний, анализировать перспективные подходы, оригинальные концепции и современные направления исследования; • разрабатывать программы психологического сопровождения человека в кризисной или чрезвычайной ситуации; • проводить мониторинг состояния личности, • прогнозировать изменения психических процессов, состояний и свойств личности в экстремальных ситуациях; • осуществлять психологическое вмешательство с целью оказания индивиду, группе психологической помощи с использованием традиционных и инновационных методов и технологий; • применять полученные знания при освоении смежных дисциплин и осуществлении собственной научно-исследовательской и | <p>Практические занятия, самостоятельная работа</p> | <p>Тесты, опрос, ситуационные задачи</p> |

| Компетенция | Результаты обучения | Виды занятий | Оценочные средства |
|-------------|---|--|-----------------------------------|
| | <p>практической деятельности.</p> <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • методологическими подходами, теоретическими знаниями, методами исследования и воздействия, адекватными различным практическим задачам психологии кризисных и чрезвычайных ситуаций; • приёмами комплексного психологического воздействия с целью гармонизации психического функционирования человека. <p>технологиями коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам.</p> | | |
| ПК-9 | <p>способностью выявлять потребности в основных видах психологических услуг и организовывать работу психологической службы в определенной сфере профессиональной деятельности</p> <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • базовые механизмы осуществления комплексного профессионального воздействия на функционирование разных психической деятельности с целью оказания психологической помощи при переживании экстремальных ситуаций разного типа. <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • реализовывать для решения реальных практических задач базовые способы и механизмы осуществления комплексного профессионального воздействия функционирование разных форм психической деятельности с целью оказания психологической помощи при переживании экстремальных ситуаций разного типа. <p>Владеть:</p> <p>навыками реализации (для решения реальных практических задач) способов и механизмов осуществления комплексного профессионального воздействия на функционирование разных форм психической деятельности с целью оказания психологической помощи при переживании экстремальных ситуаций разного типа.</p> | Практические занятия, самостоятельная работа | Тесты, опрос, ситуационные задачи |

Текущий контроль по дисциплине «Консультирование в кризисных и чрезвычайных ситуациях» осуществляется в течение всего срока освоения данной дисциплины. Выбор оценочного средства для проведения текущего контроля на усмотрение преподавателя.

Промежуточная аттестация обучающихся по дисциплине «Консультирование в кризисных и чрезвычайных ситуациях» проводится по итогам обучения и является обязательной.

2. Критерии и шкала оценивания

| Индикаторы компетенции | Критерии оценивания | |
|---|---|---|
| | Не зачтено | Зачтено |
| Полнота знаний | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки. | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Могут быть допущены несущественные ошибки |
| Наличие умений | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы основные умения. Решены типовые задачи, выполнены все задания. Могут быть допущены несущественные ошибки. |
| Наличие навыков (владение опытом) | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки. | Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач. Могут быть допущены несущественные ошибки. |
| Мотивация (личностное отношение) | Учебная активность и мотивация слабо выражены, готовность решать поставленные задачи качественно отсутствуют | Проявляется учебная активность и мотивация, демонстрируется готовность выполнять поставленные задачи. |
| Характеристика сформированности компетенции | Компетенция в полной мере не сформирована. Имеющихся знаний, умений, навыков недостаточно для решения практических (профессиональных) задач. Требуется повторное обучение | Сформированность компетенции соответствует требованиям. Имеющихся знаний, умений, навыков и мотивации в целом достаточно для решения практических (профессиональных) задач. |
| Уровень сформированности компетенций | Низкий | Средний/высокий |

3. Оценочные средства (полный перечень оценочных средств)

3.1. Текущий контроль

3.1.1. Контролируемый раздел дисциплины «Общая характеристика кризисных и чрезвычайных ситуаций»

Вопросы для оценки знаний, соответствующих компетенциям ОК- 2:

1. Определение понятий «жизненный путь» и «событие».
2. Понятие кризисной ситуации.
3. Подходы к пониманию понятия кризисной ситуации: ситуационный (Д. Доллард, Н. Э. Миллер, Л. Колб, Р. К. Питман, Д. Б. Уотсон, К.Л. Халл); субъективистский (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер, К. Хорни, Д. Келли, А. Эллис, Р. Джаноф-Бульман, К. Роджерс); интеракционистский (Дж. Роттер, А. Бандура, А. Маслоу,

В. Франкл, Ф. Е. Василюк).

4. Классификация кризисных ситуаций.
5. Типы кризисных ситуаций.
6. Специфика психологического знания. Современные подходы к пониманию предмета психологии.
7. Экстремальные ситуации и их характеристика. Классификации экстремальных ситуаций. Влияние экстремальных ситуаций на познавательные и эмоциональные процессы.
8. Основные направления психологического обеспечения жизнедеятельности в связи с экстремальными условиями.
9. Психосоматические феномены и их поведенческие характеристики. Психосоматика в контексте концепций бихевиоризма и гуманистической психологии.
10. Насилие и его виды. Признаки насилия у детей и взрослых. Последствия насилия.
11. Суицидальное поведение. Негативная триада. Фрустрированная потребность. Факторы суицидальной опасности. Индикаторы суицидального риска. Ресурсы.
12. Особенности методологии психологических наук. Методологические основания и принципы деятельности практического психолога.
13. Психология утомления. Эмоциональное выгорание. Диагностика, способы и приёмы профилактики и психокоррекции утомления и эмоционального выгорания.
14. Научные школы в психологии и их характеристика. Эволюция парадигм и научных теорий. Особенности психологических теорий.
15. Психология горя. Понятие горя, формы, симптомы. Фазы горя: шок и оцепенение; страдание и дезорганизация; остаточные толчки и реорганизация; завершение. Патологическое горе. Болезненные реакции горя: отсрочка реакции и искаженные реакции.

Тест для оценки знаний, соответствующих компетенциям ОК- 2:

Выбрать правильный ответ:

1. В каком из перечисленных ниже направлений психологов, вероятнее всего, мог бы утверждать, что «целое больше, чем сумма его частей»?

- а. Бихевиоральное
- б. Психоаналитическое
- в. Гештальтистское
- г. Гуманистическое

2. Какое направление психологии занимается только наблюдением и обсуждением поведения человека?

- а. Бихевиоризм
- б. Гештальтпсихология
- в. Психоанализ
- г. Гуманистическое

3. Чему бы уделил внимание гуманистический психолог:

- а. Организации психики
- б. Неосознанным побуждениям
- в. Способам поощрения
- г. Свободе выбора

4. К какому направлению принадлежат психологи, более всего интересующиеся тем, как именно человек перерабатывает информацию?

- а. Бихевиоральному
- б. Психоаналитическому
- в. Когнитивному
- г. Гештальтистскому
- д. Гуманистическому

5. Кто из следующих специалистов имеет квалификацию врача?

- а. Социальный работник
- б. Клинический психолог
- в. Психиатр
- г. Психолог-консультант
- д. Организационный психолог

6. По мнению С.Л. Рубинштейна, «события» – это:

- а. Изменения во внешнем мире;
- б. Отражение взаимодействия субъекта и среды;
- в. Поворотные этапы в жизни человека;
- г. Детерминанты ситуации.

7. Отметьте, что из перечисленного не является видом кризисной ситуации:

- а. Ситуации, связанные с переходом к следующему возрастному этапу;
- б. Ситуации переживания;
- в. Ситуации утраты;
- г. Чрезвычайные, психотравмирующие ситуации.

8. Выберите из предложенного критерии чрезвычайной ситуации:

- а. Угроза для существования человека;
- б. Нарушения в психической сфере;
- в. Экстраординарность;
- г. Вовлеченность большого количества людей.

9. Расставьте высказывания по порядку с учетом интенсивности возможной травматизации в чрезвычайной ситуации:

- а. Женщина, недавно потерявшая мужа в автокатастрофе, по телевизору узнавшая информацию о гибели людей во время пожара;
- б. Учительница ребенка, погибшего во время пожара;
- в. Родители этого ребенка;
- г. Женщина, узнавшая о пожаре по телевизору, у которой в детстве при пожаре погибла мать.

10. Что из перечисленного является моделями психологической травмы, предложенными З. Фрейдом. Травма возникает в результате:

- а. непереносимых обстоятельств;
- б. слабого инстинкта выживания;
- в. выученной беспомощности;
- г. неприемлемых и невыносимо интенсивных сексуальных желаний.

3.1.2. Контролируемый раздел дисциплины «Научно-теоретические основы учений о стрессе, его структура, стрессоры»

Вопросы для оценки знаний, соответствующих компетенциям ПК-5, ПК-9:

1. Стресс: определение, феноменология.
2. Теория стресса Г. Селье.
3. Стадии стрессовой реакции организма.
4. Стрессоры и стрессовые эпизоды.
5. Типы стрессоров.
6. Модели стресса
7. Напряженность, тревожность и роль стрессовых механизмов в их проявлении.
8. Исследования М. Горовица, Китаева-Смыка в области стресса.
9. Стресс и общий адаптационный синдром..
10. Факторы дезадаптации. Стратегии психической адаптации.
11. Последствия стресса.
12. Травматический стресс.
13. Психологический стресс и психосоматические заболевания.
14. Психоаналитическое представление о регуляции (З.Фрейд, А. Адлер).
15. Гуманистическая психология и идея о личности как механизме регуляции поведения (Г. Олпорт, К. Роджерс).

Тест для оценки знаний, соответствующих компетенциям ПК-5, ПК - 9

Выбрать правильный ответ:

1. Найдите соответствие между пунктами из правой и левой колонки:

| | |
|---------------|--|
| А) Конфликт | 1. Неспецифическая реакция организма на ситуацию, которая требует большей или меньшей перестройки организма; |
| Б) Фрустрация | 2. Невозможность реализации внутренних потребностей жизни (мотивов, ценностей, стремлений); |
| В) Стресс | 3. Состояние, характеризующееся наличием сильной мотивации к достижению цели и преграды, препятствующей ее достижению; |
| Г) Кризис | 4. Столкновение интересов при их высокой значимости для человека. |

2. Согласно определению Ганса Селье, стресс представляет собой общий адаптационный синдром, обеспечивающий мобилизацию организма и имеет три стадии развития. На первой стадии под воздействием стрессора происходит

- а. активация симпатической нервной системы
- б. мобилизация организма
- в. дистресс
- г. активно-эмоциональные изменения

3. Нормальная реакция на ненормальные обстоятельства у человека, который пережил нечто, выходящее за рамки обычного человеческого опыта – это

- а. травматический стресс
- б. постстрессовое расстройство
- в. посттравматическое расстройство личности
- г. острое стрессовое расстройство

4. Впервые в Международную классификацию болезней в России в _ году введены диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства.

- а. 1995
- б. 994
- в. 1993
- г. 1980

Выделяют три вида посттравматических стрессовых расстройств:

- а. острое, хроническое, отсроченное
- б. острое, подострое, хроническое
- в. тревожное, астеническое, соматоформное
- г. физиологическое, травматическое, психическое

6. В проявлении ПТСР встречаются различные симптомы нарушений. Так сверхбдительность, преувеличенное реагирование, агрессивность характерны для ПТСР у

- а. участников военных действий
- б. жертв насилия
- в. жертв терактов
- г. лиц при синдроме утраты

7. Чувство отсутствия перспективы в будущем относится к критерию диагностики ПТСР –

- а. симптомы избегания
- б. симптомы возбуждения
- в. дистресс и дезадаптация
- г. повторные переживания (флэшбэки)

8. Суицидальное поведение является динамическим процессом, состоящим из трех этапов, первым из которых является этап

- а. суицидальных тенденций
- б. суицидальных действий
- в. постсуицидального кризиса
- г. интервенции суицида

9. Чувство вины и гнева, депрессия с идеями самообвинения характерны для формы синдрома утраты - _ горе.

- а. конфликтное (преувеличенное)
- б. хроническое
- в. подавленное (маскированное)
- г. отставленное

10. Состояние человека, переживающего ситуацию притеснения или преследования на работе называется а. моббингом

- б. вторичной травмой
- в. эмоциональным выгоранием
- г. стрессовым расстройством

Ситуационные задачи, для оценки знаний, соответствующих компетенциям ПК-5, ПК - 9:

Задание 1. Обычно даются четыре основных значения стресса:

- Стресс как событие, несущее дополнительную нагрузку. В этом случае стресс является ситуативным, раздражающим феноменом, который отягощает, усложняет течение событий.

- Стресс как реакция. Стресс может быть реакцией на определенное событие и в этом случае называется эмоциональной реакцией, связанной со стрессом (стрессовым переживанием).

- Стресс как промежуточная переменная. В этом случае стресс рассматривается в виде промежуточного процесса между раздражителем и реакцией на него.

- Стресс как трансактный процесс. Стресс может быть представлен процессом столкновения индивида с окружающим миром. Стресс начинается со специфической оценки какого-либо события и собственных ресурсов по его преодолению. В результате формируются возникают адаптивные реакции (копинг). В этом случае стресс является процессом, который протекает в постоянном взаимодействии индивида с окружающим миром (цит. По В.А.Абабкову, М.Перре, с.9) Можете ли Вы продолжить этот ряд?

Задание 2. Почему, по Вашему мнению, существует несколько толкований понятия «психологического стресса» и приводит, по мнению разных ученых, к нарушениям когнитивной модели мира, структуры самости, эмоциональному пути научения и т.д.?

Задание 3. Что наносит больший вред: более или менее короткие стрессовые жизненные события или длительные последствия дискретных стрессоров или хронические стрессоры?

Задание 4. Дж. Гринберг предлагает модель стресса, состоящую из следующих последовательных фаз: жизненная ситуация, восприятие ситуации как стрессовой, эмоциональное возбуждение, физиологическое возбуждение, последствия. Предложите барьеры каждой из перечисленных пяти фаз, которые не дадут развиться стрессу, тем самым снизят негативные последствия в ситуациях (отрыва от родительского дома в связи с обучением в другом городе, потери места работы, расставания с любимым человеком и т.д.)?

Задание 5. При каких обстоятельствах ситуация экзамена является «негативным» и «полезным» стрессором?

3.1.3. Контролируемый раздел дисциплины «Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций».

Вопросы для оценки знаний, соответствующих компетенциям ОК- 2, ПК-5, ПК - 9

1. Психологические ресурсы личности: основные подходы к пониманию.
2. Регуляция человеком своих действий в теории поля К. Левина.
3. Преодоление последствий кризисной ситуации в контексте изучения проблемы саморегуляции активности субъекта.
4. «Транзактная модель стресса» Р. Лазаруса
5. Психологическая саморегуляция как высший уровень регуляции

поведенческой активности биологических систем (П.К. Анохин, К.А. Абульханова-Славская, Ж. Пиаже, Д. Ковач, О.А. Конопкин, С.Л. Рубинштейн, И.М. Сеченов и др.).

6. Представления об активной природе саморегуляции, ее преимущество перед регуляцией (К.А.Абульханова-Славская, Н.А. Бернштейн, О.А. Конопкин, А.Н. Леонтьев, Б.Ф.Ломов, Г.С. Никифоров, С.Л. Рубинштейн, Л.П. Гримак, В.А. Пономаренко).

7. Структурно-функциональный подход к анализу психической саморегуляции произвольной активности (О.А. Конопкин).

8. Человек как система саморегуляции.

9. Уровни саморегуляции: информационно-энергетический, эмоционально-волевой, мотивационный.

10. Саморегуляция как одна из составляющих деятельности по сознательной перестройке смысловой сферы личности (Б.В.Зейгарник, Е.С. Мазур).

11. Методы психологической помощи, пострадавшим психологического насилия. Принципы и процедура диагностического интервью с ребенком – жертвой насилия.

12. Методы получения информации в опросе: интервью, анкетирование. Правила создания вопросников. Виды вопросов. Требования к составлению анкеты.

13. ПТСР. Основные требования к психологу, осуществляющему психологическую коррекцию ПТСР

14. Эмпирические методы в практической психологии. Психометрические требования к их использованию. Тестирование в психологии кризисных и чрезвычайных ситуаций.

15. Болезнь как кризис.

Тест для оценки знаний, соответствующих компетенциям ОК- 2, ПК-5, ПК - 9

Выберите один из вариантов ответа:

1. При оказании первой помощи пострадавшему от насилия необходимо:

- а. обнять его, выражая сочувствие;
- б. расспросить о деталях произошедшего;
- в. исследовать, как пострадавший провоцирует насилие;
- г. подсказать, какие действия ему следует предпринять в этой ситуации.

5. Ролевая структура взаимоотношений консультант-клиент, пострадавший от насилия, включает следующее:

- а. Злоупотребляющий родитель и насильник;
- б. Спаситель и ребенок, ожидающий спасения;
- в. Совратитель и брошенный ребенок;
- г. Свращенный и жертва.

6. При оказании помощи пострадавшему от насилия, важно:

- а. Помочь определить основные проблемы;
- б. Помочь в мобилизации систем поддержки;
- в. Помочь осознать необходимость потратить время на выздоровление;
- г. Помочь наказать обидчика.

4. Ретравматизация у клиента, пережившего насилие, может быть вызвана тем, что:

- а. Консультант использует вскрывающие техники работы;
- б. Консультант не торопит, дает клиенту время для разворачивания его феноменологии;
- в. Консультант проявляет настойчивость, уверенность, демонстрирует, что знает «куда ведет пациента»;

г. Консультант делится с клиентом своими сложными переживаниями.

5. Психологу, работающему с ребенком, сопротивляющимся психологической работе, рекомендуется:

- а. Мотивировать ребенка, объясняя ему цели и задачи работы;
- б. Дать почувствовать свой интерес и дружелюбное отношение;
- в. Подсказать ребенку, что ему следует послушаться старших, которые считают такую работу полезной для него;
- г. Признавать сопротивление ребенка.

6. Основными сложностями в отношениях между консультантом и клиентом, пострадавшим от действий секты, являются:

- а. враждебность клиента по отношению к консультанту;
- б. враждебность консультанта по отношению к клиенту;
- в. стыд клиента;
- г. страх консультанта.

7. Метод оказания психологической помощи человеку, находящемуся в кризисном состоянии, называется:

- а. кризисная интервенция
- б. экстренная психологическая помощь
- в. психотерапия
- г. верны оба варианта ответа

8. Цель кризисной интервенции:

- а. создание возможностей для работы над проблемой
- б. разрешение кризисной ситуации
- в. разрешение ранее нерешенных «исторических» проблем
- г. верны все варианты ответа

9. Объектом работы при кризисной интервенции является:

- а. модель поведения в кризисных ситуациях
- б. интенсивные чувства, спровоцированные конкретным травмирующим событием
- в. нерешенные «исторические» проблемы

10. Задачами кризисной интервенции является:

- а. выражение сильных, интенсивных эмоций
- б. восстановление контроля над своим состоянием
- в. профилактика острых панических реакций, психогенных нервно-психических нарушений
- г. психотерапия пограничных нервно-психических нарушений

Ситуационные задачи, для оценки знаний, соответствующих компетенциям ОК- 2, ПК-5, ПК - 9:

1. Надежда, 45 лет. У меня все должно быть безупречно, а как же иначе? Ужасно раздражает криво лежащая скатерть, муж опять разбросал носки в ванной, на зеркале — пятнышки от воды. Сразу начинаю прибираться, мыть, наводить порядок. После можно и спать ложиться. Вдруг понимаю, что не помню, зеркало протерла или нет? Надо пойти посмотреть, нет, вроде бы точно протирала. Или не протирала? Брала тряпку,

думала об этих мерзких пятнышках. А вдруг все-таки не протерла, они там, весь вид портят. Пойти посмотреть? Что я, как дура, ночью пойду посмотреть, еще мужа разбужу. Нет, наверное, забыла... Чем вытерла? Пойду гляну. Точно вытерла! Что же мне не спится, ведь все хорошо, правильно, как положено. Да, точно — проблема, муж говорил, что хочет поехать со мной вместе в отпуск, на море, спрашивает, куда я хочу. А куда я хочу? Я, конечно, ему сразу не ответила — ведь подумать надо, все взвесить. С одной стороны, на море хорошо — оздоровление, курорт, процедуры, но мне пять лет назад врач говорил, что солнце вредно. Но можно и не все время загорать, а точно по графику, с врачом согласовать. Нет, знаю я своего мужа, какой с ним график... Захочет вечерами по ресторанам ходить, никакой диеты, никаких процедур... Неправильно это. Никуда я с ним не поеду. Нет! Как же так без него? Неправильно. Муж и жена должны вместе отдыхать. Но он говорит, что надоело. Да и мне немного надоело, но ведь так я все знаю, спокойно, привычно...

Определите проблему и направление работы.

2. Измученная женщина пришла к психологу. Ее интересовал вопрос, как вести себя со своей 60-летней мамой, которой поставили диагноз: рак. Врачи за месяц проживания женщины в больнице расписались в собственном бессилии и на днях выписывают ее домой. Мама, женщина мужественная, рожившая тяжелую жизнь, еще не знает о действительных масштабах своей болезни. Что говорить, как вести с ней. Откуда черпать силы перед лицом такого несчастья?

О чем бы вы разговаривали с женщиной? На что необходимо ее сориентировать?

3. В современной психологии существует два диаметрально противоположных представления о процессе горя. С. А. Шефов описывает их следующим образом:

1. Горе – сугубо индивидуальный процесс, все люди переживают горе по-разному: а) не существует универсальных стадий горевания, каждый воспринимает потерю по-своему и испытывает по ее поводу особенные чувства; б) каждому требуется свое по продолжительности время для переживания горя.

2. Горе, несмотря на его неповторимость, имеет относительно общие закономерности протекания:

а) существуют более или менее общие этапы (стадии, фазы) переживания утраты;

б) на прохождение этих этапов требуется определенное время, колеблющееся от случая к случаю в известных пределах.

Так, В. Волкан и Э. Зинтл выделяют следующие четыре фазы горя: 1) фаза «оцепенения» (может длиться от нескольких часов до недели),

2) фаза тоски по утраченному человеку и стремление вернуть потерю (может длиться от нескольких месяцев до нескольких лет),

3) фаза дезорганизации,

4) фаза реорганизации.

Некоторые авторы выделяют острую фазу горевания (подфазы: реакция шока, аффективные реакции и реакция на расставание) и хронические стадия горевания. Существуют и иные классификации фаз и стадий переживания горя.

Какое представление о процессе горя Вам представляется более адекватным? Ответ аргументируйте.

4. Развод родителей при определенных обстоятельствах может стать для ребенка психогенным фактором, приводящим к нарушениям поведения или возникновению нервных или соматических расстройств. Г. Фигдор рассматривает типичные неблагоприятные условия, приводящие к негативным последствиям: в семье на протяжении долгих лет разыгрываются конфликты, пока они не приведут к разводу; большинство людей не умеют дружелюбно заканчивать отношения; борьба за то, «кто

получит детей»; социальная изоляция разведенной матери, особенно в тех случаях, когда на нее возложена опека; тяжелая экономическая ситуация матери; частичная потеря родительского чувства ответственности в результате личных трудностей и непреодолимых душевных кризисов.

Может ли быть развод родителей положительным для дальнейшего развития ребенка?

5. У детей рассматриваются следующие факторы, влияющие на степень тяжести психологических последствий и их продолжительность:

- 1) объективная интенсивность травмирующей ситуации;
- 2) субъективная оценка ее тяжести ребенком;
- 3) индивидуальная предрасположенность ребенка к развитию ОСР, ПТСР и иным негативным последствиям;
- 4) пол ребенка, так как некоторые авторы считают, что у девочек признаки ПТСР более выражены;
- 5) возраст и уровень развития влияет на восприятие и запоминание травматического события;
- 6) благополучие или неблагополучие родительской семьи.

Могут ли встречаться признаки ПТСР у новорожденных детей и детей младшего возраста и если, да, то в чем это проявляется? Как влияет семейное функционирование на развитие ПТСР у детей?

6. Портфолио на тему «Психологические методы диагностики кризисного состояния».

Форма работы: индивидуальная.

1. Магистранты самостоятельно и на основе изучения литературы знакомятся с методами диагностики кризисных состояний.

2. Каждый магистрант формирует собственное портфолио, которое состоит из 3-х частей:

- А) пакет диагностических методик
- Б) пример применения каждой методики с описанием результатов
- В) заключение на 2-х человек по результатам комплексной диагностики (минимум 3 методики)

3. Публичная презентация портфолио.

7. Групповая дискуссия (форум) на тему:

«Психологическое сопровождение личности в период кризиса».

Форма работы: групповая

Магистранты готовятся к дискуссии заранее самостоятельно и на основе лекционного материала по следующим вопросам:

1. Кризисная интервенция: понятие, основные принципы, методы.
2. Образ мира и оказание психологической помощи в трудных и экстремальных ситуациях. Помощь в преодолении отчуждения.
3. Основные стратегии психологической помощи на различных этапах переживания кризисных ситуаций.

Условно можно выделить 2 части дискуссии:

1. Обсуждение следующих аспектов проблемы:
 - Собственный опыт переживания кризиса и потребности в психологической помощи.
 - Опыт психологической поддержки знакомых (и незнакомых) людей в кризисе.
2. Разработка теоретической модели эффективной психологической помощи в условиях кризиса.

Оценивается вклад каждого магистранта в дискуссию по следующим параметрам:

информированность, активность высказываний, оригинальность идей, поддержка группового процесса.

8. Деловая игра на тему: «Организация психологического консультирования личности и группы в период кризиса».

Форма работы: групповая

Магистранты в ходе игры моделируют ситуацию дебрифинга, для чего в группе распределяются следующие роли: группа пострадавших, группа психологов, ведущий дебрифинга и наблюдатели.

Структура дебрифинга:

1. Вводная фаза
2. Фаза фактов
3. Фаза мыслей
4. Фаза чувств
5. Фаза симптомов
6. Обучающая фаза
7. Завершающая фаза
8. Пост-дебрифинг

Далее проводится анализ проделанной работы, участники делятся своими ощущениями, полученными в ходе моделирования. Оценивается активность каждого участника соответственно его роли.

9. Методы моделирования на тему:

«Психологическая помощь при утрате».

Форма работы: групповая

Магистранты участвуют в различных демонстрационных техниках, направленных на психологическую проработку переживания утраты.

Экзистенциальный подход. Упражнение «Последний день Вашей жизни» направлено на восстановление ценности бытия, укрепление присутствия «здесь-и-сейчас», принятие смерти как факта человеческой жизни: Представьте, что Вам осталось жить один день. Что Вы чувствуете при этом? Как бы Вы хотелось провести последний день? С кем Вы хотите его разделить? Какие моменты вашей жизни Вам захотелось бы вспомнить?

Гештальт-терапия. Целью гештальт-терапии в работе с горем является восстановление и естественное завершение процессов горевания. Одной из техник в работе с горем является техника «Пустого стула». Техника «Пустого стула» используется, когда есть незавершенность, недосказанность в отношениях между клиентом и умершим, которая мешает «отпустить» его. В этом случае клиенту предлагают разместить образ умершего на пустом стуле, который клиент ставит перед собой на том расстоянии, которое ему подходит. Для облегчения выражения чувств на этом стуле клиент может расположить портрет или памятную вещь умершего. Клиента просят выразить то, что он испытывает, когда 90 представляет умершего и произнести эти слова, обращаясь к нему. Необходимо поощрять клиента выражать чувства и делать сообщение о незавершенных действиях по отношению к умершему. Можно задать клиенту следующие вопросы: "Что ты хочешь взять с собой от этого человека и что ты хочешь похоронить?", "Какую часть отношений ты хочешь унести с собой и что хочешь оставить?", "Чего ты хочешь от этого человека?", "Какие у тебя любимые воспоминания об этом человеке?" Во время этого диалога консультант поощряет телесные/физические движения, например, прикосновение к подушке (умершему), жест в его сторону и так далее. Когда клиент заканчивает свое обращение, терапевт спрашивает его, чувствует ли он себя готовым сказать «прощай». Этот шаг является ответственностью клиента.

Арт-терапия. Упражнение «Чувства»: Выберите два цвета, которые отражают Ваше

состояние сейчас и закрасьте лист, используя только их. Проведение демонстрационной сессии по работе с утратой, разбор. По результатам полученного опыта каждый участник пишет самоотчет.

3.2. Промежуточный контроль

3.2.1. Контролируемый раздел дисциплины «Общая характеристика кризисных и чрезвычайных ситуаций»

Итоговые вопросы к зачету для оценки знаний, соответствующих компетенции ОК-2:

1. Экстремальная ситуация: понятие, классификации, типы.
2. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.
3. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные.
4. Субъекты экстремальной ситуации: виды и специфика психологической травматизации.
5. Последствия влияния экстремальной ситуации на человека.
6. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.
7. Соотношение понятий: фрустрация, стресс, конфликт, кризис.
8. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов: определение, причины возникновения, динамика, варианты исхода.
9. Нормативные возрастные кризисы детства.
10. Нормативные возрастные кризисы отрочества, юности и молодости.
11. Нормативные возрастные кризисы зрелости.
12. Нормативные семейные кризисы.
13. Нормативные профессиональные кризисы.
14. Ненормативные семейные кризисы.
15. Ненормативные кризисы профессионального развития.
16. Особенности диагностики и консультирования при сочетанном воздействии нескольких кризисов.
17. Кризис как следствие воздействия экстремальной ситуации.
18. Влияние экстремальной ситуации на жизнедеятельность личности.
19. Особенности экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях.
20. Психические состояния в экстремальных условиях, их классификация

3.2.2. Контролируемый раздел дисциплины «Научно-теоретические основы учений о стрессе, его структура, стрессоры»

Итоговые вопросы к зачету для оценки знаний, соответствующих компетенциям ПК-5, ПК-9:

1. Понятие «стресс». Субсиндромы стресса. Виды стресса.
2. Целесообразно ли разделение стресса на эмоциональный (психический) и физиологический (системный)?
3. Дайте определение понятию «стрессоустойчивость». Влияют ли личностные особенности человека на степень его стрессоустойчивости?
4. Что такое острое стрессовое расстройство?
5. Какие реакции вызывает интенсивный стресс?
6. Последствия стресса. Травматический стресс.
7. Острое стрессовое расстройство

8. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, диагностические критерии..
9. 15. Типы, динамика посттравматического стрессового расстройства.
10. Теории возникновения ПТСР.
11. Общие подходы к психотерапии ПТСР, методы работы.
12. Диагностика шоковой травмы.
13. Основные принципы и схема работы с шоковой травмой.
14. Проблема регуляции поведения.
15. Регуляторы поведения человека.
16. Утрата как составляющая нормативных и ненормативных кризисов. Виды утрат.
17. Кризисное состояние как следствие утраты.
18. Горе и горевание. Теории горя.
19. Понятие суицида. Теории суицидального поведения.
20. Факторы суицидального риска. Проблема прогнозирования суицидов и диагностики склонности к суициду.

3.2.3. Контролируемый раздел дисциплины «Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций».

Итоговые вопросы к зачету для оценки знаний, соответствующих компетенциям ОК-2, ПК-5, ПК-9:

1. Механизмы психологической защиты. Способы совладания (копингстратегии).
2. Понятие ресурса. Работа с ресурсами личности
3. Понятие психологического сопровождения. Принципы организации и этапы психологического сопровождения.
4. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов.
5. Психологическое сопровождение возрастных кризисов.
6. Психологическое сопровождение профессиональных кризисов.
7. Психологическое сопровождение семейных кризисов.
8. Ошибки психологического сопровождения в кризисной ситуации и способы их предотвращения.
9. Понятие метода. Его соотношение с методологией. Роль метода в научном познании.
10. Основные аспекты суицидальной ситуации. Признаки суицидального поведения.
11. Принципы работы по предотвращению суицида.
12. Научное исследование. Основные этапы планирования и проведения научного исследования в психологии. Эмпирические и теоретические методы научного исследования.
13. Цели и задачи кризисной интервенции. Отличие кризисной интервенции от психотерапии. Основные этапы и формы психологической помощи при работе с кризисными состояниями.
14. Основные регуляторы деятельности практического психолога: правовой, морально-этический и нравственный уровни.
15. Этика психологической помощи.
16. Психологическая помощь. Модели психологической помощи. Взаимодействие специалистов при организации комплексной помощи населению, оказавшемуся в кризисных и чрезвычайных ситуациях.

17. Острое горе как синдром с психологической и соматической симптоматикой. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе.
18. Терроризм как способ социально-политического воздействия.
19. Психология заложника.
20. Метод наблюдения в практической психологии. Основные ситуации и виды наблюдения.
21. Психология кризисных и чрезвычайных ситуаций как самостоятельная область науки и практики. Межпредметные связи. Актуальные проблемы и задачи. Понятие риска и факторы, определяющие восприятие степени риска.
22. Индивидуально-психологические факторы адекватной адаптации в экстремальных ситуациях.
23. Психосоматические заболевания. Комплексный подход к диагностике психосоматических заболеваний. Психосоматические расстройства в структуре различных заболеваний. Психосоматические аспекты депрессии. Роль детства и семейных отношений в возникновении и развитии психосоматических заболеваний.
24. Психологический диагноз как прогноз в развитии. Необходимые виды работы для его постановки.
25. Этапы психодиагностического обследования в кризисных ситуациях.
26. Основные направления в психотерапии. Классификация методов психотерапии. Этапы психотерапевтического альянса.
27. Особенности психологической беседы как основного метода в практической психологии. Основные способы ведения и виды психологической беседы.
28. Суицидальное поведение. Ресурсы. Разделение ответственности между клиентом и консультантом.
29. Этапы психологической помощи при горевании.
30. Психологические характеристики страха. Стратегии совладающего поведения.
31. Стокгольмский синдром. Причины возникновения и способы работы с клиентом.
32. Понятие, цели и задачи кризисного консультирования.
33. Базовые принципы кризисной интервенции.
34. Специфика консультирования при нормативном и ненормативном кризисах.
35. Алгоритм кризисного консультирования различных субъектов кризисной ситуации.