

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



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор по учебной работе  
Богомолова Е.С.

«27» 06 2024 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**

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

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

| Компетенция | Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | Виды занятий                                 | Оценочные средства                |
|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------|
| ПК-2        | способен осуществлять диагностику, экспертизу и коррекцию психических процессов, состояний, психологических свойств, поведения и различных видов деятельности человека с учетом индивидуальных, возрастных и социально-психологических особенностей, личностных и социальных факторов риска                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |                                              |                                   |
|             | ИД-1пк.2.1 планирует и проводит диагностическое обследование (мониторинг) с целью анализа динамики психического развития и определения лиц, нуждающихся в психологической помощи<br>ИД-2пк.2.2 анализирует и обобщает результаты психологического обследования потребностей, рисков и ресурсов клиентов, психологических особенностей их социального окружения и условий жизни<br>ИД-3пк.2.3 участвует в разработке и реализации программ психокоррекционной работы, направленной на улучшение состояния и динамики психических процессов, состояний, психологических свойств, поведения и различных видов деятельности клиентов, преодоление проблем в сфере общения | Практические занятия, самостоятельная работа | Тесты, опрос                      |
| ПК-3        | способен оказывать адресную психологическую помощь социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию, в том числе в связи с заболеванием                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                                              |                                   |
|             | ИД-1пк.3.1 выявляет типичные психологические проблемы разных социальных групп клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию<br>ИД-2пк.3.2 использует полученные данные относительно факторов риска для разработки психологические рекомендации по минимизации негативных явлений для разных социальных групп клиентов                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | Практические занятия, самостоятельная работа | Тесты, опрос, ситуационные задачи |

| Компетенция | Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            | Виды занятий                                 | Оценочные средства                |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------|-----------------------------------|
|             | ИД-3пк.3.3<br>участвует в создании социально-психологической поддерживающей среды в окружении клиентов, попавших в трудную жизненную ситуацию.                                                                                                                                                                                                                                                                 |                                              |                                   |
| ПК-5        | способен проводить индивидуальное и групповое психологическое консультирование лиц разных возрастов и разных социальных групп                                                                                                                                                                                                                                                                                  |                                              |                                   |
|             | ИД-1пк.5.1 организует и проводит индивидуальное или групповое консультирование клиентов по выявленным у них психологическим проблемам с целью нивелирования влияния неблагоприятной среды, помощи в социализации и адаптации к условиям жизнедеятельности<br>ИД-2пк.5.2<br>использует современные методы психологического консультирования в соответствии с задачами консультирования и особенностями клиентов | 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                                                                                                                      |
| <b>Полнота знаний</b>                    | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки.                          | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Могут быть допущены несущественные ошибки                     |
| <b>Наличие умений</b>                    | 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. |
| <b>Наличие навыков (владение опытом)</b> | При решении стандартных задач не продемонстрированы базовые навыки. Имели место грубые ошибки.  | Продемонстрированы базовые навыки при решении стандартных задач. Могут быть допущены несущественные ошибки.                  |

|                                                    |                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Мотивация (личностное отношение)</b>            | Учебная активность и мотивация слабо выражены, готовность решать поставленные задачи качественно отсутствуют                                                              | Проявляется учебная активность и мотивация, демонстрируется готовность выполнять поставленные задачи.                                                                       |
| <b>Характеристика сформированности компетенции</b> | 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. |
| <b>Уровень сформированности компетенций</b>        | Низкий                                                                                                                                                                    | Средний/высокий                                                                                                                                                             |

## 1. Оценочные средства (полный перечень оценочных средств)

### 1.1. Текущий контроль

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

Вопросы для оценки знаний, соответствующих компетенциям ПК-2, ПК-3, ПК-5:

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. Васильюк).
4. Классификации 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.

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

*Вопросы для оценки знаний, соответствующих ПК-2, ПК-3, ПК-5:*

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).

*Ситуационные задачи, для оценки знаний, соответствующих ПК-2, ПК-3, ПК-5:*

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 развиваться 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?

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

*Вопросы для оценки знаний, соответствующих ПК-2, ПК-3, ПК-5:*

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.

## Тестовые вопросы

| <i>Тестовые вопросы и варианты ответов</i>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <i>Компетенция, формируемая тестовым вопросом</i> |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------|
| <p>1. КРИЗИСНАЯ СИТУАЦИЯ – ЭТО</p> <p>2. ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер</p> <p>3. внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая как опасная</p> <p>4. обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей. Каждая ЧС имеет присущие только ей причины, особенности и характер развития</p> | <p>ПК-2<br/>ПК-3<br/>ПК-5</p>                     |
| <p>2. ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ – ЭТО</p> <p>2. обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей. Каждая ЧС имеет присущие только ей причины, особенности и характер развития</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                               | <p>ПК-2<br/>ПК-3<br/>ПК-5</p>                     |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |                      |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <p>3. внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию</p> <p>4. ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер</p>                                                                                  |                      |
| <p>3. К ФАКТОРАМ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИМ ЭКСТРЕМАЛЬНОСТЬ, ОТНОСЯТСЯ (ОДИН ИЛИ НЕСКОЛЬКО ВАРИАНТОВ ОТВЕТОВ)</p> <p>2. Различные эмоциогенные воздействия в связи с опасностью, трудностью, новизной, ответственностью ситуации.</p> <p>3. Дефицит необходимой информации или явный избыток противоречивой информации.</p> <p>4. Чрезмерное психическое, физическое, эмоциональное напряжение</p> <p>5. Наличие голода, жажды</p>                                 | ПК-2                 |
| <p>4. ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ (ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ) СИТУАЦИЯ – ЭТО</p> <p>16. ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер</p> <p>17. обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь за собой</p> | ПК-2<br>ПК-3<br>ПК-5 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <p>человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей. Каждая ЧС имеет присущие только ей причины, особенности и характер развития</p> <p>18. внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию</p> <p>19. ситуация, требующая от человека значительного изменения представлений о мире и о себе за короткий промежуток времени. Эти изменения могут носить как позитивный, так и негативный характер</p> |             |
| <p>5. КРИЗИС - ЭТО</p> <p>1. состояние тревоги, чувство глубокого психологического дискомфорта при вопросе о смысле существования</p> <p>2. переход от одной стадии развития к другой, характеризуется изменением социальной ситуации, развития, ведущего вида деятельности и возникновением психических новообразований</p> <p>3. рост напряжения, стимулирующий привычные для данной личности способы преодолевающего поведения</p>                                                                                                                                                                   | <p>ПК-2</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |              |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <p>6. КРИЗИС ВКЛЮЧАЕТ В СЕБЯ СЛЕДУЮЩИЕ СТАДИИ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Предкритическая, критическая, посткритическая</li> <li>2. Предкритическая, конфликт, рефлексия</li> <li>3. Мифологизация, критическая, посткритическая</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                           | ПК-2         |
| <p>7. ВНУТРЕННИЕ КРИЗИСЫ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>6. нормативные, имеют относительно носят вероятностный характер, причиной является естественное развитие личности</li> <li>7. ненормативные, в качестве стрессора в которых выступают внешние травматические события, носят вероятностный характер</li> </ol>                                                                                                                                                                                        | ПК-2<br>ПК-3 |
| <p>8. ВНЕШНИЕ КРИЗИСЫ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. ненормативные, в качестве стрессора в которых выступают внешние травматические события, носят вероятностный характер</li> <li>2. нормативные, имеют относительно выраженный хронологический, возрастной характер, причиной является естественное развитие личности</li> <li>3. ненормативные, в качестве стрессора в которых выступают внешние травматические события, носят относительно выраженный хронологический, возрастной характер</li> </ol> | ПК-2<br>ПК-3 |
| <p>9. ГЕТЕРОХРОННОСТЬ РАЗВИТИЯ НЕЙРОФИЗИОЛОГИЧЕСКИХ И ПСИХИЧЕСКИХ ФУНКЦИОНАЛЬНЫХ СИСТЕМ ОПРЕДЕЛЯЕТСЯ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. воздействиями среды</li> <li>2. индивидуальной ситуацией развития организма ребенка</li> <li>3. и воздействиями среды, и</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                  | ПК-2         |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| индивидуальной ситуацией<br>развития организма ребенка                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |      |
| <p>10. К БИОЛОГИЧЕСКИМ ФАКТОРАМ ВЛИЯЮЩИЕ НА РАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ, ОТНОСЯТСЯ (ОДИН ИЛИ НЕСКОЛЬКО ВАРИАНТОВ ОТВЕТОВ):</p> <p>наследственность<br/>задатки<br/>способности<br/>умения</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               | ПК-2 |
| <p>11. СТРЕСС – ЭТО</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Остро развивающееся, угрожающее жизни критическое состояние, которое является ответной реакцией организма на чрезвычайные раздражители и сопровождается нарушением деятельности центральной нервной системы, органов дыхания, системы кровообращения</li> <li>2) Чрезвычайный уровень патологического торможения центральной нервной системы, характеризующийся глубокой потерей сознания, отсутствием рефлексов на внешние раздражения и расстройством регуляции витальных функций организма</li> <li>3) Базовое экстремальное состояние, которое может быть основным компонентом экстремального состояния, формирующим фактором, и откликом на экстремальное воздействие, и реакцией на любую угрозу</li> <li>4) Чрезвычайная по своей интенсивности системная защитная неспецифическая реакция организма на потенциально смертоносное повреждение</li> </ol> | ПК-2 |
| 12. ТРАДИЦИОННО В ПРОЦЕССЕ ПРОТЕКАНИЯ СТРЕССОВОЙ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  | ПК-2 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| <p>РЕАКЦИИ ВЫДЕЛЯЮТ :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) 3 стадии</li> <li>2) 4 стадии</li> <li>3) 2 стадии</li> <li>4) 5 стадий</li> </ol>                                                                                                                                                                                        |      |
| <p>13. НА КАКОЙ СТАДИИ СТРЕССА ОТМЕЧАЕТСЯ ДЕФИЦИТ ЭМОЦИЙ, РЕЗКОСТЬ, ГРУБОСТЬ, ОТСУТСТВИЕ СОЧУВСТВИЯ, ОБИДЧИВОСТЬ, ОТСТРАНЕННОСТЬ, ПСИХОСОМАТИЧЕСКИЕ И ВЕГЕТАТИВНЫЕ РАССТРОЙСТВА:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Тревоги</li> <li>2) Резистенции</li> <li>3) Привыкания</li> <li>4) Истощения</li> </ol>                        | ПК-2 |
| <p>14. В ТРИАДУ СЕЛЬЕ НЕ ВХОДИТ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Инволюция тимуса</li> <li>2) Изъязвление ЖКТ</li> <li>3) Инволюция головного мозга</li> <li>4) Гипертрофия коры надпочечников</li> </ol>                                                                                                                       |      |
| <p>15. К ПРИНЦИПАМ ОКАЗАНИЯ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ НЕ ОТНОСИТСЯ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) безотлагательность;</li> <li>2) приближенность к месту событий;</li> <li>3) ожидание, что нормальное состояние восстановится;</li> <li>4) обязательное использование психодиагностического инструментария</li> </ol> | ПК-3 |
| <p>16. БАЗОВЫЕ ФУНКЦИИ ЭКСТРЕННОЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ПОМОЩИ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Оказание помощи непосредственно на месте ЧС, координация деятельности психологов</li> <li>2) организация работы пунктов временного размещения, координация деятельности</li> </ol>                                                     | ПК-3 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                      |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <p>психологов</p> <p>3) оказание помощи непосредственно на месте ЧС, организация работы пунктов временного размещения</p> <p>4) оказание помощи специалистам, работающим в зоне ЧС, оказание помощи пострадавшим</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                      |
| <p><b>17. ФАКТОРЫ, ВЫЗВАННЫЕ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИЕЙ:</b></p> <p>1) внезапность, отсутствие подобного опыта ранее, длительность, недостаток контроля, горе и утрата, постоянные изменения, экспозиция смерти, моральная неуверенность, поведение во время события, масштаб разрушений</p> <p>2) температура и влажность воздуха, солнечная радиация, осадки, уровень барометрического давления атмосферы, ветер, ураган</p> <p>3) различные эмоциональные воздействия, связанные с высокой ответственностью, опасностью, трудностью, новизной выполняемой деятельности, наличием лимита времени на принятие решения и др.</p> <p>4) ситуации, сопровождающиеся опасностью массового поражения, чувством незащитности, наличием непосредственной угрозы для жизни</p> | <p>ПК-2</p>          |
| <p><b>18. ПОСТТРАВМАТИЧЕСКОЕ СТРЕССОВОЕ РАССТРОЙСТВО – ЭТО</b></p> <p>1) нормальная реакция на ненормальную ситуацию</p> <p>2) затяжная или отсроченная по времени реакция человека на психотравмирующее событие, чрезвычайную ситуацию</p> <p>3) базовое экстремальное состояние личности</p> <p>4) угнетение активности, нарушение ориентации в окружающей среде,</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              | <p>ПК-2<br/>ПК-3</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                     |                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| дезорганизация деятельности,<br>отрицание произошедшего                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |                      |
| <p>19. ОСТРОЕ СТРЕССОВОЕ РАССТРОЙСТВО ДЛИТСЯ:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) во время критического инцидента и сразу после него - до 2 суток</li> <li>2) на протяжении последующей жизни человека, пережившего травму</li> <li>3) в течение 1 месяца после критического инцидента - от 2 суток до 4 недель</li> <li>4) спустя более месяца после критического инцидента - более 4 недель</li> </ol>                                                                                                  | <p>ПК-2<br/>ПК-3</p> |
| <p>20. СТРЕССОРЫ – ЭТО</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) чрезмерная физическая нагрузка, высокая или низкая температуры, болевые стимулы</li> <li>2) разнообразные воздействия, приводящие к развитию стресса</li> <li>3) факторы, действующие сигнальным значением: угроза, опасность, информационная перегрузка</li> <li>4) воздействие раздражителей через какой-либо сенсорный или метаболический процесс</li> </ol>                                                                                | <p>ПК-2</p>          |
| <p>21. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ СТРЕСС – ЭТО</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) феномен осознания, возникающий при сравнении требований, предъявляемых к личности, с ее способностью справиться с этими требованиями</li> <li>2) стрессовая реакция организма и психик на стрессор умеренной интенсивности, воздействие которого является пролонгированным (или периодически повторяющимся через малые промежутки времени)</li> <li>3) стрессовая реакция организма и психики на стрессор значительной</li> </ol> | <p>ПК-2<br/>ПК-3</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------|
| <p>интенсивности, воздействие которого ограничено во времени</p> <p>4) стресс, развившийся в ситуации угрозы, обиды и т.п. или же наоборот, в ответ на чрезвычайно радостное событие, а также в так называемых конфликтных ситуациях, когда сталкиваются противоречивые потребности и мотивы человека</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |              |
| <p>22. СИТУАЦИЯ СТАНОВИТСЯ ДЛЯ ЧЕЛОВЕКА ИСТОЧНИКОМ СТРЕССА ТОЛЬКО В ТОМ СЛУЧАЕ, ЕСЛИ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) объективно угрожает жизни человека</li> <li>2) она вызывает бурную и энергичную реакцию на стресс, имеющую агрессивный или активно-оборонительный характер</li> <li>3) субъективно оценивается им как стрессовая</li> <li>4) она вызывает пассивную реакцию на стресс, при которой человек способен только на короткое время активизировать свои немногочисленные силы</li> </ol>                                                                                                                                      | ПК-5         |
| <p>23. ЭКСТРЕННАЯ ПОМОЩЬ СПЕЦИАЛИСТА-ПСИХОЛОГА – ЭТО</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) информационная поддержку, обсуждение книг и статей, знакомство с основными концепциями физиологии и психологии</li> <li>2) краткосрочная помощь после сильного негативного стрессогенного воздействия</li> <li>3) совокупность процедур, направленных на оказание помощи человеку в разрешении проблем и принятии решений относительно профессиональной карьеры, брака, семьи, совершенствования личности и межличностных отношений</li> <li>4) система комплексного лечебного вербального и невербального воздействия на эмоции, суждения,</li> </ol> | ПК-3<br>ПК-5 |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |                      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <p>самосознание человека при различных заболеваниях (психических, нервных, психосоматических)</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                      |
| <p>24. ПРИНЦИП ДОБРОВОЛЬНОСТИ ПРИ РАБОТЕ ПСИХОЛОГА В ЧРЕЗВЫЧАЙНОЙ СИТУАЦИИ ПОДРАЗУМЕВАЕТ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) активное и ненавязчивое предложение своей помощи специалистом-психологом</li> <li>2) ожидание, когда пострадавший сам обратится за помощью</li> <li>3) мотивированность клиента к восприятию психологической помощи</li> <li>4) обеспечение пострадавшего новыми идеями или информацией о том, как решать проблемы</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   | <p>ПК-3<br/>ПК-5</p> |
| <p>25. ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ТРАВМА ВОЗНИКАЕТ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) когда первичные потребности ребенка в эмоциональной привязанности, то есть в любви, опоре и защищенности, не удовлетворяются родителями и прочная связь с родителями оказывается для него недостижимой, а родители отвергают ребенка, отворачиваются от него или даже злоупотребляют им, сюда же физическое и психическое насилие</li> <li>2) когда вся система семьи в целом, вся социальная группа или все общество оказывается под влиянием травмирующих событий, инициированных членами данной системы</li> <li>3) в ходе угрожающих жизни ситуаций, в которых человек переживает смертельную опасность и смертельный страх (тяжёлая авария, покушение, несчастный случай, изнасилование, аборт)</li> </ol> | <p>ПК-2</p>          |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                         |                      |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------|
| <p>4) вследствие внезапной смерти близкого человека, с которым затронутое лицо связывают узы эмоциональной привязанности или неожиданная сепарация (мама надолго попала в больницу, отец увез ребенка лишив контакта с другими членами семьи), разлука, развод, потеря статуса</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |                      |
| <p><b>26. ПРЕДВАРИТЕЛЬНАЯ СТАДИЯ СТАНОВЛЕНИЯ ПРИВЯЗАННОСТИ ХАРАКТЕРИЗУЕТСЯ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) образованием прочных эмоциональных связей с другими опекунами — уже за пределами первичной привязанности: отцом, старшими братьями и сёстрами, бабушками и дедушками</li> <li>2) отсутствием проявления особой привязанности младенцами к кому-либо из тех, кто о них заботится</li> <li>3) проявлением сильной привязанности к одной конкретной личности</li> <li>4) выказыванием предпочтения первичному и вторичному опекунам</li> </ol>                                | <p>ПК-2</p>          |
| <p><b>27. ПРИНЦИП ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ КОМПЕТЕНТНОСТИ ПРЕДПОЛАГАЕТ</b></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Достаточную квалификацию психолога, чтобы работать в чрезвычайных ситуациях</li> <li>2) Побуждение психолога к работе в чрезвычайных и экстремальных ситуациях</li> <li>3) материал, полученный психологом в процессе его работы с испытуемым на основе доверительных отношений, не подлежит сознательному или случайному разглашению вне согласованных условий и должен быть представлен таким образом, чтобы он не мог скомпрометировать ни испытуемого, ни заказчика, ни</li> </ol> | <p>ПК-3<br/>ПК-5</p> |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |      |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------|
| <p>психолога, ни психологическую науку</p> <p>4) то, что специалист-психолог активно и ненавязчиво предлагает свою помощь пострадавшим</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                               |      |
| <p>28. НАИБОЛЕЕ ОПТИМАЛЬНОЙ ОСТРОЙ СТРЕССОВОЙ РЕАКЦИЕЙ СЧИТАЕТСЯ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) Истероидная реакция</li> <li>2) Агрессивная реакция</li> <li>3) Плач</li> <li>4) Нервная дрожь</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | ПК-2 |
| <p>29. ПРИЗНАКИ АПАТИИ</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) чрезмерное возбуждение, множество движений, театральные позы, эмоционально насыщенная, быстрая речь, крики, рыдания</li> <li>2) напряжение мышц (особенно лицевых), сильное сердцебиение, учащенное поверхностное дыхание, сниженный контроль собственного поведения</li> <li>3) человек уже плачет или готов разрыдаться, подрагивают губы, наблюдается ощущение подавленности</li> <li>4) непреодолимая усталость, когда любое движение, любое сказанное слово дается с трудом, равнодушие к происходящему, отсутствие, каких бы то ни было, эмоциональных проявлений, заторможенность</li> </ol> | ПК-2 |
| <p>30. ОСТРАЯ СТРЕССОВАЯ РЕАКЦИЯ – ЭТО</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1) нормальная реакция на ненормальную ситуацию</li> <li>2) затяжная или отсроченная по времени реакция человека на психотравмирующее событие, чрезвычайную ситуацию</li> <li>3) базовое экстремальное состояние личности</li> <li>4) угнетение активности, нарушение ориентации в окружающей среде, дезорганизация деятельности,</li> </ol>                                                                                                                                                                                                                                            | ПК-2 |

|                         |  |
|-------------------------|--|
| отрицание произошедшего |  |
|-------------------------|--|

**Эталоны ответов**

| <i>Номер тестового задания</i> | <i>Номер эталона ответа</i> |
|--------------------------------|-----------------------------|
| 1.                             | 1                           |
| 2.                             | 1                           |
| 3.                             | 1-4                         |
| 4.                             | 2                           |
| 5.                             | 2                           |
| 6.                             | 1                           |
| 7.                             | 1                           |
| 8.                             | 1                           |
| 9.                             | 3                           |
| 10.                            | 1-3                         |
| 11.                            | 1                           |
| 12.                            | 1                           |
| 13.                            | 4                           |
| 14.                            | 3                           |
| 15.                            | 4                           |
| 16.                            | 1                           |
| 17.                            | 1                           |
| 18.                            | 2                           |
| 19.                            | 3                           |
| 20.                            | 2                           |

|     |   |
|-----|---|
| 21. | 1 |
| 22. | 3 |
| 23. | 2 |
| 24. | 1 |
| 25. | 3 |
| 26. | 3 |
| 27. | 1 |
| 28. | 3 |
| 29. | 4 |
| 30. | 1 |

*Ситуационные задачи, для оценки знаний, соответствующих ПК-2, ПК-3, ПК-5:*

4. 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 прибирать, мыть, наводить порядок. После можно и спать ложиться. Вдруг понимаю, что не помню, зеркало протерла или нет? Надо пойти посмотреть, нет, вроде бы точно протирали. Или не протирали? 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 смотреть, 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 стадии 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?

8. 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.

9. 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.

10. 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.

# 11. 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.

## 4.1. Промежуточный контроль

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

Итоговые вопросы к зачету для оценки знаний, соответствующих ПК-2, ПК-3, ПК-

5:

4. Экстремальная ситуация: понятие, классификации, типы.
5. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.
6. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутрилличностные.
7. Субъекты экстремальной ситуации: виды и специфика психологической травматизации.
8. Последствия влияния экстремальной ситуации на человека.
9. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.
10. Соотношение понятий: фрустрация, стресс, конфликт, кризис.
11. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов:

- определение, причины возникновения, динамика, варианты исхода.
12. Нормативные возрастные кризисы детства.
  13. Нормативные возрастные кризисы отрочества, юности и молодости.
  14. Нормативные возрастные кризисы зрелости.
  15. Нормативные семейные кризисы.
  16. Нормативные профессиональные кризисы.
  17. Ненормативные семейные кризисы.
  18. Ненормативные кризисы профессионального развития.
  19. Особенности диагностики и консультирования при сочетанном воздействии нескольких кризисов.
  20. Кризис как следствие воздействия экстремальной ситуации.
  21. Влияние экстремальной ситуации на жизнедеятельность личности.
  22. Особенности экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях.
  23. Психические состояния в экстремальных условиях, их классификация

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

*Итоговые вопросы к зачету для оценки знаний, соответствующих ПК-2, ПК-3, ПК-5:*

4. Понятие «стресс». Субсиндромы стресса. Виды стресса.
5. Целесообразно ли разделение стресса на эмоциональный (психический) и физиологический (системный)?
6. Дайте определение понятию «стрессоустойчивость». Влияют ли личностные особенности человека на степень его стрессоустойчивости?
7. Что такое острое стрессовое расстройство?
8. Какие реакции вызывает интенсивный стресс?
9. Последствия стресса. Травматический стресс.
10. Острое стрессовое расстройство
11. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, диагностические критерии..
12. 15. Типы, динамика посттравматического стрессового расстройства.
13. Теории возникновения ПТСР.
14. Общие подходы к психотерапии ПТСР, методы работы.
15. Диагностика шоковой травмы.
16. Основные принципы и схема работы с шоковой травмой.
17. Проблема регуляции поведения.
18. Регуляторы поведения человека.
19. Утрата как составляющая нормативных и ненормативных кризисов. Виды утрат.
20. Кризисное состояние как следствие утраты.
21. Горе и горевание. Теории горя.
22. Понятие суицида. Теории суицидального поведения.
23. Факторы суицидального риска. Проблема прогнозирования суицидов и диагностики склонности к суициду.

#### **4.1.3. Контролируемый раздел дисциплины «Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций.**

*Итоговые вопросы к зачету для оценки знаний, соответствующих ПК-2, ПК-3, ПК-5:*

4. Механизмы психологической защиты. Способы совладания (копингстратегии).
5. Понятие ресурса. Работа с ресурсами личности
6. Понятие психологического сопровождения. Принципы организации и этапы психологического сопровождения.
7. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов.
8. Психологическое сопровождение возрастных кризисов.
9. Психологическое сопровождение профессиональных кризисов.
10. Психологическое сопровождение семейных кризисов.
11. Ошибки психологического сопровождения в кризисной ситуации и способы их предотвращения.
12. Понятие метода. Его соотношение с методологией. Роль метода в научном познании.
13. Основные аспекты суицидальной ситуации. Признаки суицидального поведения.
14. Принципы работы по предотвращению суицида.
15. Научное исследование. Основные этапы планирования и проведения научного исследования в психологии. Эмпирические и теоретические методы научного исследования.
16. Цели и задачи кризисной интервенции. Отличие кризисной интервенции от психотерапии. Основные этапы и формы психологической помощи при работе с кризисными состояниями.
17. Основные регуляторы деятельности практического психолога: правовой, морально-этический и нравственный уровни.
18. Этика психологической помощи.
19. Психологическая помощь. Модели психологической помощи. Взаимодействие специалистов при организации комплексной помощи населению, оказавшемуся в кризисных и чрезвычайных ситуациях.
20. Острое горе как синдром с психологической и соматической симптоматикой. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе.
21. Терроризм как способ социально-политического воздействия.
22. Психология заложника.
23. Метод наблюдения в практической психологии. Основные ситуации и виды наблюдения.
24. 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.
25. Индивидуально-психологические факторы адекватной адаптации в экстремальных ситуациях.
26. 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.
27. Психологический диагноз как прогноз в развитии. Необходимые виды работы для его постановки.
28. Этапы психодиагностического обследования в кризисных ситуациях.
29. Основные направления в психотерапии. Классификация методов психотерапии. Этапы психотерапевтического альянса.
30. Особенности психологической беседы как основного метода в практической психологии. Основные способы ведения и виды психологической беседы.

31. Суицидальное поведение. Ресурсы. Разделение ответственности между клиентом и консультантом.
32. Этапы психологической помощи при горевании.
33. Психологическая характеристики страха. Стратегии совладающего поведения.
34. Стокгольмский синдром. Причины возникновения и способы работы с клиентом.
35. Понятие, цели и задачи кризисного консультирования.
36. Базовые принципы кризисной интервенции.
37. Специфика консультирования при нормативном и ненормативном кризисах.
38. Алгоритм кризисного консультирования различных субъектов кризисной ситуации.