



Автономная некоммерческая образовательная организация
высшего образования
«Воронежский экономико-правовой институт»
(АНОО ВО «ВЭПИ»)

УТВЕРЖДАЮ
Проректор
по учебно-методической работе
А.Ю. Жильников
«21» сентября 2021 г.

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Б1.В.04 Психологическое консультирование и профилактика кризисных состояний и ПТСР
(наименование дисциплины (модуля))

37.04.01 Психология

(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) Психологическое консультирование участников образовательных отношений

(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника Магистр

(наименование квалификации)

Форма обучения очная, очно-заочная

(очная, очно-заочная, заочная)

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии.

Протокол от « 14 » октября 20 21 г. № 2

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) согласован со следующими представителями работодателей или их объединений, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности, к которой готовятся обучающиеся:

Директор филиала Федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Белгородский государственный технологический университет им. В.Г. Шухова» Губкинский филиал
Уваров В.М.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Директор Автономной некоммерческой профессиональной образовательной организации «Региональный экономико-правовой колледж» Чернусских Ю.Л.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Заведующий кафедрой

Л.В. Абдалина

Разработчики:

Профессор

Л.В. Абдалина

1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО

Целью проведения дисциплины Б1.В.04 «Психологическое консультирование и профилактика кризисных состояний и ПТСР» является достижение следующих результатов обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции
УК-1	Способен осуществлять критический анализ проблемных ситуаций на основе системного подхода, выработать стратегию действий
ПК-5	Способен выявлять условия, неблагоприятно влияющие на развитие личности обучающихся и планировать и реализовывать совместно с педагогом превентивные мероприятия по профилактике возникновения социальной дезадаптации, аддикций и девиаций поведения
ПК-6	Способен разрабатывать психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, комфортной и безопасной для личностного развития обучающегося на каждом возрастном этапе, для своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер

В формировании данных компетенций также участвуют следующие дисциплины (модули), практики образовательной программы (по семестрам (курсам) их изучения):

- для очной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения			
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.
Методология научных исследований	УК-1			
Психодиагностика и экспертиза в деятельности психолога		УК-1		
Психологическое консультирование и профилактика кризисных состояний и ПТСР		УК-1, ПК-5, ПК-6		
Психологические основы педагогической деятельности	ПК-6			
Теоретические основы и технологии оказания психологической помощи		ПК-6		
Теория и практика организационного консультирования				ПК-6
Конструирование социально-психологического тренинга				ПК-6
Методы психосоциальной коррекции и реабилитации личности			УК-1, ПК-5	
Сказкотерапия в психологическом консультировании	УК-1			
Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании	УК-1			
Телесно-ориентированные практики в психологическом консультировании				УК-1, ПК-5
Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании	УК-1, ПК-5			УК-1, ПК-5
Психология безопасности	УК-1 ПК-6			
Психология здоровья субъектов образовательного процесса			УК-1	
Учебная практика (педагогическая практика)	УК-1 ПК-6			
Учебная практика (научно-исследовательская работа)		УК-1 ПК-6		
Производственная практика (научно-				УК-1, ПК-5

исследовательская (квалификационная) практика)				ПК-6
Производственная практика (преддипломная практика)				УК-1, ПК-5 ПК-6
Производственная практика (производственная практика в профильных организациях)			УК-1, ПК-5 ПК-6	

- для очно-заочной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения					
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.
Методология научных исследований	УК-1					
Психодиагностика и экспертиза в деятельности психолога		УК-1				
Психолого-педагогическое сопровождение социализации личности				ПК-5		
Психологическое консультирование и профилактика кризисных состояний и ПТСР			УК-1 ПК-5 ПК-6			
Психологические основы педагогической деятельности	ПК-6					
Теоретические основы и технологии оказания психологической помощи		ПК-6				
Теория и практика организационного консультирования					ПК-6	
Конструирование социально-психологического тренинга					ПК-6	
Методы психосоциальной коррекции и реабилитации личности			УК-1 ПК-5			
Сказкотерапия в психологическом консультировании		УК-1				
Арт-терапевтические технологии в психологическом консультировании		УК-1				
Телесно-ориентированные практики в психологическом консультировании					УК-1 ПК-5	
Когнитивно-бихевиоральный подход в психологическом консультировании					ПК-5	
Психология безопасности		УК-1				
Психология здоровья субъектов образовательного процесса				УК-1		
Учебная практика (педагогическая практика)		УК-1 ПК-6				
Учебная практика (научно-исследовательская работа)			УК-1 ПК-6			
Производственная практика (научно-исследовательская (квалификационная) практика)					УК-1 ПК-5 ПК-6	
Производственная практика (преддипломная практика)					УК-1 ПК-5 ПК-6	
Производственная практика (производственная практика в профильных организациях)			УК-1 ПК-5 ПК-6			

Этап дисциплины (модуля) Б1.В.04 «Психологическое консультирование и профилактика кризисных состояний и ПТСР» в формировании компетенций соответствует:

- для очной формы обучения – 2 семестру;
- для очно-заочной формы обучения – 3 семестру.

2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, шкалы оценивания

Показателями оценивания компетенций являются следующие результаты обучения:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-1	ИУК-1.1. Анализирует проблемную ситуацию как целостную систему, выявляя ее составляющие и связи между ними	<p>Знать: способы и методы критического анализа проблемных ситуаций.</p> <p>Уметь: анализировать проблему кризисных ситуаций как целостную систему, выявляя ее составляющие и связи между ними.</p> <p>Владеть: способами и методами психологической работы с пострадавшими в разных кризисных ситуациях на основе системного подхода, вырабатывать стратегию действий.</p>
	ИУК-1.2. Разрабатывает варианты решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации	<p>Знать: варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека, механизмов их возникновения и переживания.</p> <p>Уметь: Разрабатывает варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации</p> <p>Владеть: способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации</p>
	ИУК-1.3. Вырабатывает стратегию действий для решения проблемной ситуации в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них	<p>Знать: стратегию действий для решения проблемных ситуаций в жизни человека.</p> <p>Уметь: вырабатывать стратегию действий для решения проблемных ситуаций в жизни человека в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них.</p> <p>Владеть: способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека в виде последовательности шагов, прогнозируя результат каждого из них.</p>
ПК-5	ИПК-5.1. Знает закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития на разных возрастных этапах, способы адаптации и проявления дезадаптивного поведения детей, подростков и молодежи к условиям образовательных организаций	<p>Знать: закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития пострадавших в разных кризисных ситуациях.</p> <p>Уметь: выявлять условия, механизмы возникновения переживания, неблагоприятно влияющих на развитие личности обучающихся.</p> <p>Владеть: способами и методами решения ситуаций проявления дезадаптивного поведения детей, подростков и молодежи к условиям образовательных организаций.</p>
	ИПК-5.2. Планирует и организует работу по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся	<p>Знать: содержание работы по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся.</p> <p>Уметь: планировать и организовать работу с пострадавшими в разных кризисных ситуациях по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся</p> <p>Владеть: способами и методами работы с пострадавшими в разных кризисных ситуациях</p>

		по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся.
ПК-6	ИПК-6.1. Разбирается в современных теориях формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды	<p>Знать: современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p> <p>Уметь: использовать технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p> <p>Владеть: способами и методами работы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p>
	ИПК-6.2. Разрабатывает психологические рекомендации по соблюдению в образовательной организации психологических условий обучения и воспитания, необходимых для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе	<p>Знать: психологические рекомендации по соблюдению в образовательной организации психологических условий обучения и воспитания в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p> <p>Уметь: разрабатывать рекомендации по профилактике возникновения кризисных ситуаций для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе.</p> <p>Владеть: способами и методами обучения и воспитания в образовательной организации, необходимых для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе.</p>

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины (модуля):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Код компетенции, код индикатора достижения компетенции	Критерии оценивания	Оценочные средства текущего контроля успеваемости	Шкала оценивания
1	Тема 1. Введение в кризисную психологию.	УК-1 ИУК-1.1.	<p>Знает: способы и методы критического анализа проблемных ситуаций; варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека, механизмов их возникновения и переживания.</p> <p>Умеет: анализировать проблему кризисных ситуаций как целостную систему, выявляя ее</p>	устный опрос, эссе, реферат	«Зачтено», «Не зачтено»

			<p>составляющие и связи между ними; разрабатывает варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации</p> <p>Владеет: способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации; способами и методами психологической работы с пострадавшими в разных кризисных ситуациях на основе системного подхода, выработать стратегию действий</p>		
2	<p>Тема 2. Посттравматический стресс, диагностические критерии ПТСР</p>	<p>УК-1 ИУК-1.3 ПК-5 ИПК-5.1</p>	<p>Знает: стратегию действий для решения проблемных ситуаций в жизни человека; закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития пострадавших в разных кризисных ситуациях.</p> <p>Умеет: выработать стратегию действий для решения проблемных ситуаций в жизни человека в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них; выявлять условия, механизмы возникновения переживания, неблагоприятно</p>	<p>устный опрос, реферат, задание</p>	<p>«Зачтено», «Не зачтено»</p>

			<p>влияющих на развитие личности обучающихся.</p> <p>Владеет: способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека в виде последовательности шагов, прогнозируя результат каждого из них; способами и методами решения ситуаций проявления дезадаптивного поведения детей, подростков и молодежи к условиям образовательных организаций.</p>		
3	<p>Тема 3. Методы и основные принципы психологического консультирования в кризисной ситуации</p>	<p>ПК-6 ИПК-6.1</p>	<p>Знает: современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p> <p>Уметь: использовать технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p> <p>Владеть: способами и методами работы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p>	<p>устный опрос, реферат, задание</p>	<p>«Зачтено», «Не зачтено»</p>
4	<p>Тема 4. Психологическое консультирование детей</p>	<p>ПК-5 ИПК-5.2. ПК-6</p>	<p>Знать: содержание работы по предупреждению</p>	<p>устный опрос, реферат, задание</p>	<p>«Зачтено», «Не зачтено»</p>

	- жертв насилия	ИПК-6.2.	<p>возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся; психологические рекомендации по соблюдению в образовательной организации психологических условий обучения и воспитания в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций.</p> <p>Уметь: планировать и организовать работу с пострадавшими в разных кризисных ситуациях по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся; разрабатывать рекомендации по профилактике возникновения кризисных ситуаций для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе.</p> <p>Владеть: способами и методами работы с пострадавшими в разных кризисных ситуациях по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся; способами и методами обучения и воспитания в образовательной организации, необходимых для нормального психического</p>		
--	-----------------	----------	--	--	--

			развития обучающихся на каждом возрастном этапе.		
5	Тема 5. Психологическое консультирование при суициде	ПК-5 ИПК5.1 ПК-6. ИПК-6.1	<p>Знать: современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций;</p> <p>закономерности и возрастные нормы психического, личностного и индивидуального развития пострадавших в разных кризисных ситуациях.</p> <p>Уметь: выявлять условия, механизмы возникновения переживания, неблагоприятно влияющих на развитие личности обучающихся; использовать технологии и способы проектирования безопасной и комфортной образовательной среды в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций</p> <p>Владеть: способами и методами решения ситуаций проявления дезадаптивного поведения детей, подростков и молодежи к условиям образовательных организаций; способами и методами работы проектирования безопасной и комфортной</p>	устный опрос, реферат, игра-тренинг	«Зачтено», «Не зачтено»

			образовательной среды в целях профилактики возникновения кризисных ситуаций		
6	Тема 6. Психологическое консультирование при синдроме утраты.	УК-1. ИУК-1.2. ПК-5 ИПК-5.2	<p>Знает: стратегию действий для решения проблемных ситуаций в жизни человека;</p> <p>содержание работы по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся.</p> <p>Умеет:</p> <p>вырабатывать стратегию действий для решения проблемных ситуаций в жизни человека в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них; планировать и организовать работу с пострадавшими в разных кризисных ситуациях по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии обучающихся.</p> <p>Владеет:</p> <p>способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека в виде последовательности шагов, прогнозируя результат каждого из них; способами и методами работы с пострадавшими по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии</p>	устный опрос, реферат, задание	«Зачтено», «Не зачтено»

		обучающихся.	
ИТОГО	Форма контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации	Шкала оценивания
	Экзамен	Ответ на билет	«Отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»

Критерии оценивания результатов обучения для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

1. Критерии оценивания устного ответа:

- зачтено – знает варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека, механизмов их возникновения и переживания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; разбирается в современных вариантах решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации, поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды; владеет способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации, психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

- не зачтено – не знает варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека, механизмов их возникновения и переживания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; не разбирается в современных вариантах решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации не владеет психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

2. Критерии оценивания выполнения реферата:

- зачтено – выбрали и использовали форму и стиль изложения, соответствующие целям и содержанию дисциплины; применили связанную с темой информацию, используя при этом понятийный аппарат специалиста в данной области; представили структурированный и грамотно написанный текст, имеющий связное содержание;

- не зачтено – не выбрали и не использовали форму и стиль изложения, соответствующие целям и содержанию дисциплины; не применили связанную с темой информацию, используя при этом понятийный аппарат специалиста в данной области; не представили структурированный и грамотно написанный текст, имеющий связное содержание.

3. Критерии оценивания типовых заданий:

- зачтено – выбрали и использовали форму и стиль изложения, соответствующие предложенному заданию; применили связанную с темой учебно-методическую информацию, используя при этом понятийный аппарат в данной области; представили структурированный и грамотно написанный текст, имеющий связное содержание;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

4. Критерии оценивания эссе:

- зачтено – представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы; проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием профессиональных терминов и понятий в контексте ответа; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

5. Критерии оценивания игр:

- зачтено – обучающийся провел анализ избираемых вариантов игровой деятельности, продемонстрировал умение излагать основные положения, обоснованно отстаивать свою точку зрения, воспринимать противоположные точки зрения, отвечать на вопросы оппонентов, демонстрирует необходимое поведение и действия, соблюдает регламент;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

6. Критерии оценивания ответа на экзамене:

«Отлично» - знает варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека, механизмов их возникновения и переживания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; разбирается в современных вариантах решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации, поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды; владеет способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации, психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

«Хорошо» - знает варианты решения проблемных ситуаций в жизни человека, механизмов их возникновения и переживания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; с незначительными ошибками разбирается в современных вариантах решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации, поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды; владеет способами и методами

решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации, психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

«Удовлетворительно» - допускает незначительные ошибки в знании решения проблемных ситуаций в жизни человека, механизмов их возникновения и переживания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; допускает ошибки в решении проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации; владеет с ошибками способами и методами решения проблемных ситуаций в жизни человека на основе критического анализа доступных источников информации, психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

«Неудовлетворительно» - знания, умения и навыки не соответствуют критериям «удовлетворительно».

3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

1 ЭТАП – Текущий контроль освоения дисциплины

Вопросы для устного опроса

Тема 1. Введение в кризисную психологию

1. Основные подходы к пониманию понятия «кризис».
2. Понятия, используемые в кризисной психологии.
3. Основные характеристики кризисного переживания.
4. Виды кризисных переживаний.
5. Этапы развития кризиса.
6. Функции кризисного переживания.

Тема 2. Посттравматический стресс, диагностические критерии ПТСР

1. Что означает понятие психологическая травма?
2. В чем особенности психологической травмы по сравнению с кризисом, фрустрацией, конфликтом?
3. Что такое «психогенная смерть»? Что такое «вина выжившего»?
4. Какие изменения в интеллектуальной сфере возникают в результате психологической травмы?
5. Какие изменения в эмоциональной сфере возникают в связи с психологической травмой?
6. Что такое феномен деперсонализации и как он соотносится с процессом диссоциации?

7. Какие признаки ПТСР с Вашей точки зрения являются самыми тяжелыми и почему?

Тема 3. Методы и основные принципы психологического консультирования в кризисной ситуации

1. Что такое включенность консультанта в кризисную ситуацию?
2. Что такое эмпатический контакт?
3. Выберите три принципа оказания психологической помощи в кризисной ситуации, которые с Вашей точки зрения являются наиболее важными. Обоснуйте свою точку зрения.
4. Какие еще принципы оказания психологической помощи в кризисной ситуации Вы могли бы добавить к перечисленным в списке?
5. Какую опасность для психолога представляет собой консультирование кризисных клиентов?

Тема 4. Психологическое консультирование детей - жертв насилия.

1. Как проявляется пренебрежение в уходе за детьми?
2. Что такое психологическое насилие?
3. Какую роль играет межпоколенческая передача в возникновении в семье паттерна насилия над детьми?
4. Какие психологические изменения возникают у ребенка после перенесенного им насилия?
5. Что такое инцест? Каковы последствия инцеста для ребенка?
6. Что не надо делать психологу-консультанту при установлении контакта с ребенком, являющимся жертвой насилия?
7. Как в игре ребенка проявляется пережитый им опыт насилия?
8. В чем сходство и отличия директивной и недирективной игровой психотерапии?

Тема 5. Психологическое консультирование при суициде

1. В чем особенность предиспозиционной фазы суицида?
2. Какие фазы проходит суицидогенный конфликт?
3. Как формируются суицидальные намерения?
4. Из чего складывается суицидальный комплекс?
5. Что такое истинный суицид, заверченный, незавершенный, демонстративный, расширенный?
6. Что такое пособничество суициду?
7. Что такое членовредительство и чем оно отличается от суицида?
8. В чем состоит особенность оказания психологической помощи при потенциальном суициде?
9. Что включают в себя кризисная поддержка, кризисное вмешательство при суициде?
10. Каковы особенности завершающего этапа работы с суицидентом?

Тема 6. Психологическое консультирование при синдроме утраты.

1. В чем заключается смысл «работы печали»?
2. Каковы особенности переживания на фазе острого горя?
3. Как Вы думаете, влияют ли возрастные особенности на переживание горя? Каким образом?
4. В чем различия между подавленным, отставленным и отсутствующим горем?
5. На каком этапе работы с горем важнее всего поддерживать отреагирование чувств?
6. Чего не следует делать в работе с горем?

Темы рефератов

Тема 1. Введение в кризисную психологию

1. Влияние смысложизненного кризиса на динамику семейных взаимоотношений (удовлетворенность браком) у женщин (мужчин).
2. Синдром выгорания во взаимосвязи с ценностно-смысловой сферой личности у специалистов помогающих профессий.
3. Механизмы психологической защиты.
4. Взаимосвязь Я-концепции и жизнестойкости у лиц, переживающих травму.
5. Стратегии преодоления кризисных событий жизненного пути в зрелом возрасте.
6. Психологическое сопровождение педагогов при переживании кризисов профессионализации.

Тема 2. Посттравматический стресс, диагностические критерии ПТСР

1. Исследования жизненного пути человека в работах С.Л. Рубинштейн и А.Н. Леонтьева.
2. Биографический метод как способ исследования событий жизненного пути личности.
3. Взаимосвязь объективных и субъективных факторов в кризисной ситуации.
4. Формы трансформации личности в кризисной ситуации.

Тема 3. Методы и основные принципы психологического консультирования в кризисной ситуации

1. Развитие представлений о психологической травме в работах З. Фрейда.
2. Психологические модели механизмов психологической травмы.
3. Особенности психологической травмы у детей.
4. Социальные последствия чрезвычайных, катастрофических событий.
5. Факторы, оказывающие влияние на последствия психологической травмы.

Тема 4. Психологическое консультирование детей - жертв насилия.

1. Профессиональное выгорание психологов, оказывающих кризисную помощь.
2. Супервизия как поддержка здоровья и профессионального роста психолога-консультанта.
3. Техники когнитивно-поведенческой психотерапии, используемые в кризисном консультировании.
4. Применение гештальт подхода в кризисном консультировании.
5. Конечность человеческого существования как экзистенциальный кризис.
6. Проблема личной свободы и ответственности подростка, находящегося в ситуации кризиса.
7. Составить памятку для психологов, работающих с кризисными и чрезвычайными ситуациями: «Как сохранить себя рядом с кризисным пациентом».

Тема 5. Психологическое консультирование при суициде

1. Особенности психологической помощи сводным семьям.
2. Особенности психологической помощи семьям с наркозависимостью.
3. Особенности функционирования семей с хроническими больными: пути помощи.
4. Психологическая работа с однополыми браками.
5. Психотерапевтическая нейтральность в работе с семьей.
6. Краткая семейная терапия (школа Пало Альто).
7. Бихевиоральная семейно-супружеская терапия.

Тема 6. Психологическое консультирование при синдроме утраты.

1. Особенности переживания утраты в детском возрасте.
2. Психологические последствия ранней утраты.
3. Особенности переживания родителями утраты ребенка.
4. Сделайте конспект работы З. Фрейда «Печаль и меланхолия».
5. Механизмы психологической защиты в ситуации утраты близкого.
6. Терминальные состояния: особенности переживания процесса умирания.
7. Смысл и его утрата в кризисной ситуации.
8. Психологическая помощь умирающему.
9. Организация социально-психологической работы в хосписе.

Эссе

Тема 1. Введение в кризисную психологию.

На основе анализа учебно-методической литературы подготовьте эссе на тему: «Почему юмор помогает в экстремальных ситуациях?».

Типовые задания

Тема 2. Посттравматический стресс, диагностические критерии ПТСР

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-1	УК-1.3

Задание 1. Тест «Ваша стрессоустойчивость»

Инструкция. Внимательно прочитайте (прослушайте) суждения опросника. Вам необходимо ответить на вопросы, исходя из того, насколько часто эти утверждения верны для Вас.

Отвечать следует на все пункты, даже если данное утверждение к Вам вообще не относится.

Предлагаются следующие ответы с соответственным количеством очков: – почти всегда – 1; – часто – 2; – иногда – 3; – почти никогда – 4; – никогда – 5.

1. Вы едите, по крайней мере, одно горячее блюдо в день.
2. Вы спите 7-8 часов, по крайней мере, четыре раза в неделю.
3. Вы постоянно чувствуете любовь других и отдаете свою любовь взамен.
4. В пределах 50 километров у Вас есть хотя бы один человек, на которого Вы можете положиться.
5. Вы занимаетесь спортом хотя бы два раза в неделю.
6. Вы выкуриваете меньше половины пачки сигарет в день.
7. За неделю Вы потребляете не больше пяти рюмок алкогольных напитков.
8. Ваш вес соответствует Вашему росту.
9. Ваш доход полностью удовлетворяет Ваши основные потребности.
10. Вас поддерживает Ваша вера.
11. Вы регулярно занимаетесь клубной или общественной деятельностью.
12. У Вас много друзей и знакомых.
13. У Вас есть один или два друга, которым Вы полностью доверяете.
14. Вы здоровы.
15. Вы можете открыто заявить о своих чувствах, когда Вы злы или обеспокоены чем-либо.
16. Вы регулярно обсуждаете с людьми, с которыми живете, Ваши домашние проблемы.
17. Вы делаете что-то только ради шутки хотя бы раз в неделю.
18. Вы можете организовать Ваше время эффективно.
19. За день Вы потребляете не более трех чашек кофе, чая или других содержащих кофеин напитков.
20. У Вас есть немного времени для себя в течение каждого дня.

Ключ ответа

Обработка и интерпретация результатов:

Теперь сложите результаты Ваших ответов и из полученного числа отнимите 20 очков.

Ключ к тесту:

Если Вы набрали меньше 10 очков, то Вас можно обрадовать, в случае если Вы отвечали еще и честно, – у Вас прекрасная устойчивость к стрессовым ситуациям и воздействию стресса на организм, Вам не о чем беспокоиться.

Если Ваше итоговое число превысило 30 очков, стрессовые ситуации оказывают немалое влияние на Вашу жизнь и Вы им не очень сильно сопротивляетесь.

Если Вы набрали более 50 очков, Вам следует серьезно задуматься о Вашей жизни - не пора ли ее изменить. Вы очень уязвимы для стресса.

Взгляните еще раз на утверждения теста. Если Ваш ответ на какое-либо утверждение получил 3 очка и выше, постарайтесь изменить свое поведение, соответствующее данному пункту и Ваша уязвимость к стрессу снизится. Начните присматриваться к себе внимательнее сейчас, а не тогда, когда уже будет поздно.

Тема 3. Методы и основные принципы психологического консультирования в кризисной ситуации

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	ПК-6	ИПК-6.1.

Задание 1. Диагностика враждебности (по шкале Кука — Медлен)

Инструкция. Внимательно прочитайте (прослушайте) суждения опросника. Варианты ответов по всем суждениям даны на специальном бланке. Если вы считаете, что суждение верно и соответствует вашему представлению о себе и других людях, то в бланке ответов напротив номера суждения отметьте степень вашего согласия с ним, используя предложенную шкалу:

6 — обычно; 3 — случайно;

5 — часто; 2 — редко;

4 — иногда; 1 — никогда.

Ф.И.О.

Пол; Возраст

Варианты ответов:

№ п/п	Обычно	Часто	Иногда	Случайно	Редко	Никогда
1						

2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
№ п/п	Обычно	Часто	Иногда	Случайно	Редко	Никогда
20						
21						
22						
23						
24						

25						
26						
27						

Опросник

1. Я часто встречаю людей, называющих себя экспертами, хотя они таковыми не являются.
2. Мне часто приходилось выполнять указания людей, которые знали меньше, чем я.
3. Многих людей можно обвинить в аморальном поведении.
4. Многие люди преувеличивают тяжесть своих неудач, чтобы получить сочувствие и помощь.
5. Временами мне приходилось грубить людям, которые вели себя невежливо по отношению ко мне и действовали мне на нервы.
6. Большинство людей заводят друзей, потому что друзья могут быть полезны.
7. Часто необходимо затратить много усилий, чтобы убедить других в своей правоте.
8. Люди часто разочаровывали меня.
9. Обычно люди требуют большего уважения своих прав, чем стремятся уважать права других.
10. Большинство людей не нарушают закон, потому что боятся быть пойманными.
11. Часто люди прибегают к нечестным способам, чтобы не потерять возможной выгоды.
12. Я считаю, что многие люди используют ложь, для того чтобы двигаться дальше.
13. Существуют люди, которые настолько мне неприятны, что я невольно радуюсь, когда их постигают неудачи.
14. Я часто могу отойти от своих принципов, чтобы превзойти своего противника.
15. Если люди поступают со мной плохо, я обязательно отвечаю им тем же, хотя бы из принципа.
16. Как правило, я отчаянно отстаиваю свою точку зрения.
17. Некоторые члены моей семьи имеют привычки, которые меня раздражают.
18. Я не всегда легко соглашаюсь с другими.
19. Никого никогда не заботит то, что с тобой происходит.
20. Более безопасно никому не верить.
21. Я могу вести себя дружелюбно с людьми, которые, по моему мнению, поступают неверно.
22. Многие люди избегают ситуаций, в которых они должны помогать другим.
23. Я не осуждаю людей за то, что они стремятся присвоить себе все, что только можно.
24. Я не виню человека за то, что он в своих целях использует других людей, позволяющих ему это делать.
25. Меня раздражает, когда другие отрывают меня от дела.
26. Мне бы определенно понравилось, если бы преступника наказали его же преступлением.
27. Я не стремлюсь скрыть плохое мнение о других людях.

Ключ ответа

Обработка и интерпретация результатов:

Ключ:

Шкала цинизма: 1, 2, 3, 4, 6, 7, 9, 10, 11, 12, 19, 20, 22.

Шкала агрессивности: 5, 14, 15, 16, 21, 23, 24, 26, 27.

Шкала враждебности: 8, 13, 17, 18, 25.

Интерпретация результатов для шкалы цинизма: высокий показатель (65 баллов и больше); средний показатель с тенденцией к высокому (40—65 баллов); средний показатель с тенденцией к низкому (25—40 баллов); низкий показатель (25 баллов и меньше).

Интерпретация результатов для шкалы агрессивности: высокий показатель (45 баллов и больше); средний показатель с тенденцией к высокому (30—45 баллов); средний показатель с тенденцией к низкому (15—30 баллов); низкий показатель (15 баллов и меньше).

Интерпретация результатов для шкалы враждебности: высокий показатель (25 баллов и больше); средний показатель с тенденцией к высокому (18—25 баллов); средний показатель с тенденцией к низкому (10—18 баллов); низкий показатель (10 баллов и меньше).

Тема 4. Психологическое консультирование детей - жертв насилия

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	ПК-6	ИПК-6.2.
2	ПК-5	ИПК-5.2.

Задание 1. Как детская травма для серийных убийц может служить пусковым механизмом из-за неспособности индивида справляться со стрессом?

Ключ ответа

Большую роль в исследовании личности серийного преступника в России сыграл выдающийся российский психиатр, доктор медицинских наук, профессор А. О. Бухановский.

Этому ученому около 20 лет назад удалось создать точный портрет, а после задержания «разговорить» маньяка Андрея Чикатило, с которого в России и началось изучение феномена серийных убийств.

А. О. Бухановский считал, что демонстрация натуралистичных сцен, жестокости и садизма может привести лиц со специфическим предрасположением к возникновению импринтинга (отпечатывание в нездоровом мозгу) с последующим формированием негативных поступков. Ежедневное наблюдение за обесцениванием человеческой жизни негативно влияет на подсознание детей и подростков. Как-то в клинику к А. О. Бухановскому привезли из Москвы мальчика лет девяти, который, посмотрев фильмы о вампирах, испытал смешанное чувство ужаса, любопытства и восторга. То, что он увидел, накрепко запечатлелось в его сознании. В мозге возникла патологическая система, которая и начала управлять поведением

мальчика, в результате чего он стал вампиром. Он перерезал горло цыплятам и пил их кровь, делая это публично, заставляя маленьких девочек, соседок по двору, наблюдать эти сцены. Затем закапывал трупик очередной жертвы (было уничтожено более 80 цыплят). Своим вынужденным зрителям мальчик угрожал, что если те расскажут взрослым о его действиях, то он им, как и цыплятам, перережет горло и выпьет их кровь. Около 40% серийных убийц начинают именно с агрессии к животным.

Задание 2. Применение какого метода рекомендуется в случаях, если ребенок пострадал от насилия вне семьи, изъят из семьи или ситуация насилия в семье прекращена?

Какие шаги можно использовать без включения работы с родителями, в случаях, когда нет уверенности, что ребенок находится в безопасности?

Ключ ответа

Когнитивно-поведенческая психотерапия, сфокусированная на травме, в работе с детьми, пережившими жестокое обращение, и их родителями.

Выполнение этой работы включает последовательность из восьми шагов/этапов:

Шаг 1. Информирование - способствует снижению посттравматических симптомов за счет нормализации, валидации чувств и переживаний пострадавшего, снижает чувства вины, изоляции, смущения и «негативной уникальности», дает рациональное объяснение происходящему.

Шаг 2. Управление стрессом - предполагает обучение ребенка трем навыкам:

- контролируемое дыхание;
- тренинг релаксации;
- остановка мысли.

Шаг 3. Выражение эмоций и управление аффектом - важный компонент вмешательства – научить детей распознавать свои эмоции, управлять ими и справляться с тревогой.

Шаг 4. Когнитивное совладание – у многих детей (и родителей) есть иррациональные, не помогающие мысли и убеждения. Некоторые из них возникли в результате столкновения с травмирующим событием, но многие присутствовали и до того, как травма произошла. Независимо от их происхождения, важно научить ребенка идентифицировать и изменять эти мысли.

Шаг 5. Создание истории о травмирующем событии - помощь ребенку в построении и обсуждении истории о произошедшем с ним травматическом событии является ключевым шагом в работе с посттравматическими симптомами. Этот шаг позволяет переработать травмирующий опыт, снизить интенсивность эмоций, возникающих при воспоминаниях о травме; скорректировать не помогающие мысли, связанные с этим опытом, и интегрировать это событие в автобиографическую память.

Шаг 6. Когнитивная переработка - на данном этапе психолог помогает ребенку исследовать свои мысли о пережитом насилии и прийти к более адаптивному пониманию этого опыта. Когнитивная переработка – это заключительный шаг, помогающий ребенку поместить травматический опыт в жизненный контекст и интегрировать его, то есть понять, что травма – всего лишь один жизненный эпизод, который не определяет суть личности ребенка и то, как будет складываться его дальнейшая жизнь.

Шаг 7. Тренинг управления поведением - очень важно научить родителей (или других людей, осуществляющих заботу о ребенке) хорошим техникам совладания с поведенческими проблемами, которые могут быть у ребенка. У детей агрессивное, дезорганизованное и конфронтационное поведение является частым последствием переживания насилия, и очень важно, чтобы у родителей был «набор инструментов» адаптивного совладания с таким поведением. Стратегии, которые могут оказаться полезными, включают навыки позитивного общения с ребенком и поощрения положительного поведения; игнорирование негативного поведения (отказ от негативного подкрепления); тайм-аут; жетонную систему и т.д.

Шаг 8. Совместные сессии «родитель–ребенок» - там, где это возможно, заключительным этапом работы являются совместные сессии «родитель–ребенок», в рамках которых родитель и ребенок совместно обсуждают пережитый ребенком травматический опыт. На этом этапе родитель должен моделировать для ребенка здоровые формы совладания с травматическим опытом, а также демонстрировать поддержку.

Тема 6. Психологическое консультирование при синдроме утраты.

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-1.	ИУК-1.2
2	ПК-5	ИПК-5.2

Задание 1. Оказание поддержки в консультировании.

Цель: исследование значения оказания личной поддержки в консультировании.

С помощью данного упражнения «Оказание поддержки в консультировании» обучающиеся, будущие психологи, получат возможность исследовать собственное умение оказывать поддержку и ее границы.

Задачи:

- формирование навыков личной поддержки в консультировании по предупреждению возможного неблагополучия в развитии посттравматического стрессового расстройства и других заболеваний.

- развитие ответственности в поддержке и консультировании по предупреждению возможного эмоционального и физического неблагополучия при синдроме утраты.

Время проведения – 40 минут.

Инструкция: все участники разбиваются на пары.

1. Один из членов каждой пары зачитывает своему партнеру неоконченные предложения, прилагаемые к данному упражнению, и предлагает их закончить.

2. Затем происходит обмен ролями в парах.

3. После выполнения задания в парах на протяжении 5 минут обсуждают, что в данном упражнении понравилось, а что нет.

4. Затем все участники вновь образуют общий круг, и проводится общее обсуждение данного упражнения. Участники могут задавать вопросы, выражать свои чувства и проговаривать все то, что возникло в процессе выполнения упражнения.

В данном упражнении ваша задача заключается в том, чтобы зачитать своему партнеру незаконченные предложения, приведенные ниже. Ваш партнер должен придумать всем этим утверждениям окончания. Постарайтесь выполнить это задание достаточно быстро, не задерживаясь слишком долго на отдельных высказываниях.

После того как вы закончите, поменяйтесь ролями со своим партнером и еще раз выполните предложенную инструкцию.

- Самый эффективный в оказании поддержки человек, которого я знаю, - это...
- Я мог бы быть эффективным в оказании поддержки, если бы...
- Основная проблема, связанная с тем, чтобы оказывать поддержку, состоит в том, что...
 - Я чувствую, что мне оказывают поддержку, когда...
 - Я привык к тому, что поддержку мне оказывает...
 - В настоящее время поддержку мне оказывает...
 - Если поддержки слишком много, то это может привести к тому, что...
- Если я буду слишком сильно зависеть от других людей, то я...
- Если бы я чувствовал большую поддержку, то я...
- Ограничения людей, оказывающих поддержку, состоят в том, что...
- Я бы не стал оказывать поддержку другому человеку, если бы думал, что он...
 - Тип людей, которым я не могу оказывать поддержку, - это...
 - Я чувствую максимальную поддержку тогда, когда...
 - Люди менее всего оказывающие поддержку...
 - Я нуждаюсь в поддержке потому, что...
 - Я часто оказываю поддержку другим людям потому, что...

Задание 2. Методы оказания психологической помощи в ситуации утраты.

Какие основные методы используются при оказании психологической помощи в ситуации утраты? Приведите примеры, используемых упражнений, техник.

Ключ ответа

1. Экзистенциальная терапия позволяет исследовать отношение субъекта к экзистенциальным данностям жизни, одной из которых является конечность существования – смерть. Такое исследование становится профилактикой возникновения осложненных форм горя в ситуации утраты.

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?

2. 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 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 «до-свидания». Этот шаг является ответственностью клиента. Если клиент готов сказать "до-

свидания", можно поддержать его, отнести подушку в соседнюю комнату и произнести "до-свидания" или какое-либо другое подобное выражение.

3. Арттерапия. Может использоваться как на фазе острого горя, так и на завершающих этапах процесса горевания. На остром этапе задания могут быть направлены на выражение чувств.

Упражнение «Чувства»: Выберите два цвета, которые отражают Ваше состояние сейчас и закрасьте лист, используя только их.

Игра-тренинг: «Метафора моей жизни»

Тема 5. Психологическое консультирование при суициде

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	ПК-6	ИПК-6.1

Цель игры-тренинга — развитие самосознания, установления эмпатического контакта, отношений доверия.

Эта фактически тройная цель достигается за счет того, что на разных этапах тренинга реализуются разные стратегии: на первом этапе в фокусе работы психолога — метафорическое мышление и творческие способности каждого участника в отдельности, на втором — процесс совместного творчества.

Примерное время на реализацию этой технологии — 1 час 30 мин.

Материалы: листы бумаги формата А4 и авторучки по числу участников.

Первый этап. «Жизнь — это...»

Ведущий. Мы редко задумываемся о том, какое значение в нашей жизни имеет метафора. А ведь красивые метафоры — это не только атрибут художественных произведений, но и постоянный спутник почти любого нашего высказывания. Сколько выражений мы произносим, даже не задумываясь о том, что это метафоры!

«Поговорить с глазу на глаз», «начать с чистого листа», «столкнулся с преградой», «витала в облаках», «вилами по воде писано», «искать общий язык» — как часто это звучит в наших разговорах.

Подобные метафоры служат не только украшением, они волшебным образом «расцвечивают» нашу речь, помогая отразить индивидуальные особенности нашего видения мира, себя, других людей. А если человеку удастся создать свою собственную оригинальную метафору, описывающую его оценку той или иной жизненной ситуации, то это позволяет донести до других именно его неповторимый взгляд на мир. Давайте сегодня попробуем поискать яркие неординарные метафоры, связанные с нашим мироощущением и пониманием собственной жизни. Может быть, в результате мы сможем узнать о самих себе что-то новое. Но сначала у меня к вам просьба: назовите те слова- существительные, которые, с вашей точки

зрения, являются самыми эмоционально насыщенными, очень ценностно значимыми.

Участники называют слова, которые, по их мнению, подходят под этот признак: любовь, дети, семья, супруг, мама и т.д.

Ведущий. А какое слово включает в себя все названные вами?

Кто-то из участников обязательно вспомнит такое слово – жизнь.

Ведущий раздает участникам листы бумаги и авторучки. Желательно, чтобы на этом этапе игры участники группы сидели за индивидуальными столиками.

1-е задание:

Ведущий. Сегодня мы с вами поработаем именно со словом «жизнь» - самым значимым словом для любого человека. Поставьте на листе цифру «один» и напишите: «Жизнь — это...». Я прошу вас закончить это предложение какой-либо метафорой, взятой из области... питания. Не удивляйтесь! Просто поищите яркий и точный образ, наиболее полно отражающий ваше восприятие жизни через метафору из области питания. Под питанием мы будем иметь в виду все, что мы едим и что пьем.

Необходимо дать на выполнение этого задания (как и на последующие аналогичные) три-четыре минуты. Участники пишут, после чего ведущий предлагает желающим озвучить свои определения. Если группа не слишком велика — в пределах двенадцати человек, — то есть смысл дать слово всем.

Примеры метафор, придуманных участниками:

- Жизнь — это винегрет эмоций, мыслей и поступков.
- Жизнь — это орех с очень прочной скорлупой и неизвестной сердцевинкой.
- Жизнь — это вино: пока пьешь приятно, а потом, когда болит голова, жалеешь.
- Жизнь — это волшебное блюдо, которое сколько ни ешь, насытиться невозможно.
- Жизнь — это большая, сладкая, калорийная булочка, от которой растет живот и портится здоровье.

Ведущему следует положительно отзываться обо всех определениях и не допускать критических или насмешливых замечаний. Это позволит участникам группы почувствовать атмосферу психологической безопасности и проявить свои творческие способности, не опасаясь неудачи и осуждения.

2- задание:

Ведущий. Прошу вас на листе бумаги поставить цифру «два» и снова написать:

«Жизнь — это...». Но теперь нужно закончить предложение метафорой из области фигур и форм.

Определения снова озвучиваются всеми желающими.

Примеры метафор, придуманных участниками в результате выполнения этого задания:

- Жизнь — это бесформенный кусок глины, из которого каждый лепит свою, ни на что непохожую фигуру.

- Жизнь — это ломаная, проведенная нами на полотне реальности.
- Жизнь — это многоугольник, углами которого человек затачивает самого себя.
- Жизнь — это кристалл, в каждой грани которого человек видит свои разные отражения.
- Жизнь — это пирамида: взбираясь к вершине человек радуется, не думая, что потом сразу придется спускаться.

3-е задание:

Ведущий. Прошу вас на листе бумаги поставить цифру «три» и снова написать:

«Жизнь — это...». Третьим заданием будет завершение предложения метафорой из области человеческих отношений.

Определения снова озвучиваются.

Примеры метафор, придуманных участниками в результате выполнения этого задания:

- Жизнь — это длинный извилистый путь, на котором происходит множество встреч и даже бывают попутчики, но финиша человек достигает всегда в одиночестве.
- Жизнь — это налаживание связей с другими; чем их больше, тем прочнее человек держится.
- Жизнь — это множество ниток между человеком и другими; нитки бывают тонкими и толстыми и иногда рвутся, но если ниток нет, то нет и жизни.
- Жизнь — это дефис между датами, который служит мостиком огромному количеству людей.
- Жизнь — это прокладывание маршрута в человеческом море.

4-е задание:

Ведущий. Следующее задание будет отличаться от предыдущих. Прочтите еще раз те три определения жизни, которые вы придумали, и подчеркните ключевые слова или словосочетания в каждом из них. Например, во фразе «Жизнь — это ломаная, проведенная нами на полотне реальности», очевидно, ключевое слово — «ломаная».

Впрочем, вы можете выбрать любые слова — это могут быть существительные, прилагательные, глаголы. Ведь никто лучше вас не знает, какие слова в ваших определениях ключевые. Таким образом, у вас получится три слова или словосочетания. А теперь придумайте метафорическое определение жизни, в котором использовались бы все три слова или словосочетания.

После выполнения задания участники также озвучивают свои метафоры.

Например, у одного из членов тренинговой группы получились такие ключевые слова: «орех», «ломаная», «путь». Итоговым метафорическим определением жизни у него стало следующее: «Жизнь — это огромный шар, похожий на грецкий орех, который приходится катить по ломаному пути, а узнать, что у него внутри удастся только в самом конце — и то не всегда».

5-е задание:

Ведущий. В последнем созданном вами определении жизни подчеркните, пожалуйста, ключевое слово или словосочетание... Поверните лист бумаги другой стороной. В верхней части листа в середине строки напишите это слово или словосочетание. На что это похоже? Правильно, на заголовок. Потому что это название сказки или истории, которую я вас прошу придумать и записать.

Время на эту работу — 20 минут.

2-ой вариант четвертого задания:

Ведущий. Следующее задание будет отличаться от предыдущих. Прочтите еще раз те три определения жизни, которые вы придумали, и подчеркните ключевые слова или словосочетания в каждом из них. Например, во фразе «Жизнь — это ломаная, проведенная нами на полотне реальности», очевидно, ключевое слово — «ломаная».

Таким образом, у вас получится три слова или словосочетания. Выпишите эти три слова или словосочетания в столбик. Наступает самый важный этап нашей работы.

Возьмите чистый лист бумаги. Ваша задача — сочинить сказку, в которой встретились бы все эти ключевые для вас слова и словосочетания. Время на эту работу — 20 минут.

3-ий вариант четвертого задания:

Ведущий. На последнем шаге этого этапа нашей работы прошу вас сделать следующее: на листе бумаги поставить цифру «четыре» и снова написать «Жизнь – это...».

Дайте метафорическое определение жизни, используя метафору из любой области, какой захотите. Это будет ваше свободное метафорическое определение...

Прочтите еще раз те четыре определения жизни, которые вы придумали, и подчеркните ключевые слова или словосочетания в каждом из них.

Например, во фразе «Жизнь — это ломаная, проведенная нами на полотне реальности», очевидно, ключевое слово — «ломаная». Впрочем, вы можете выбрать любые слова – это могут быть существительные, прилагательные, глаголы. Ведь никто лучше вас не знает, какие слова в ваших определениях ключевые. Таким образом, у вас получится четыре слова или словосочетания.

Наступает самый важный этап нашей работы.

Возьмите чистый лист бумаги. Ваша задача — сочинить сказку, в которой встретились бы все эти ключевые для вас слова и словосочетания. Время на эту работу — 20 минут.

Второй этап. «Я понял это так...»

Выполнение заданий по созданию метафор, будучи ценным само по себе, является еще и очень хорошей креативной разминкой, позволяющей настроиться на серьезную творческую работу.

Когда участники группы завершат написание сказок и историй, ведущий предлагает желающим прочесть свои творения. Обычно далеко не все стремятся предать огласке результаты своей работы. Достаточно выслушать четыре-пять сказок.

Ведущий. Я прошу авторов, прочитавших свои сказки, встать. Остальные участники должны сделать выбор и определиться, метафора какой из сказок показалась вам особенно понятной. К сожалению, выбрать можно только одну сказку. Подойдите, пожалуйста, к автору выбранной вами сказки и встаньте рядом.

Число участников, собравшихся возле каждого из авторов, определяет рейтинг сказки. Если окажется, что какую-то сказку выбрал только один человек или не выбрал никто, то ведущий предлагает автору и выбравшему его сказку человеку сделать выбор из других сказок. Таким образом, образуется несколько групп. Чтобы авторы тех сказок, которые оказались не выбранными, не чувствовали себя отвергнутыми из-за плохого качества сказок, психолог может сказать им, что их сказки оказались наиболее загадочными, глубоко метафоричными, поэтому другие участники и не решились претендовать на понимание скрытого смысла их метафор.

Ведущий. Дорогие создатели сказок, прошу вас передать листочки с текстами ваших сказок кому-нибудь из стоящих рядом с вами людей...

А теперь сами определитесь, какая из сказок (помимо вашей собственной) кажется вам самой понятной.

Подойдите к той группе, у которой находится листочек с текстом этой сказки...

Итак, теперь у нас есть группы, в каждой из которых собрались люди, выбравшие ту или иную сказку. При этом авторы сказок находятся в других группах.

Послушайте задание: каждой группе необходимо через 15 минут средствами спектакля, пантомимы, живой скульптуры или любого сценического действия отразить важнейшую идею выбранной вами сказки. Важно осознать глубинный смысл авторской метафоры и найти адекватную форму ее выражения. Приступайте!

Спустя время каждая из групп представляет созданный ею продукт. Ведущий заботится о том, чтобы автор сказки, послужившей основой для группового творчества, сел на специальный «авторский стул» впереди остальных зрителей. Следует подчеркнуть уникальность момента: меньше часа назад никакой сказки еще не было и в помине, даже замысла еще не было – и вот теперь рожденная творческим воображением конкретного человека метафора жизни нашла свое воплощение в сценическом действии, ожила, одухотворенная творчеством многих людей.

Ведущий обязательно задает автору сказки следующие вопросы:

- Что вы чувствуете, видя ожившей свою сказку?
- Какие мысли породило в вас увиденное?
- Удалось ли другим участникам понять важнейшую идею вашей сказки, расшифровать вашу метафору?

· Есть ли что-то, замеченное другими людьми в сказке, что вы сами в ней не увидели?

Подведение итогов 10 мин.:

По завершении обоих этапов игры необходимо провести ее обсуждение. Важнейшие вопросы:

- Какой из моментов этой игры оказался для вас самым трудным? Самым интересным?
- Что вас удивило? Огорчило? Обрадовало?
- Что нового вы узнали о себе? О других?
- Какие метафорические представления о жизни показались вам самыми точными и глубокими?
- Удалось ли вам почувствовать другого человека, присоединиться к его метафорическому взгляду на жизнь?
- Что этому помогло или помешало?
- Какой опыт приобрели вы в результате этой игры?

2 ЭТАП – Промежуточная аттестация по итогам освоение дисциплины

Список вопросов к экзамену

1. Понятие «кризис», основные подходы к его пониманию.
2. Виды кризисных переживаний.
3. В чем особенности психологической травмы по сравнению с кризисом, фрустрацией, конфликтом?
4. Какие изменения в интеллектуальной сфере возникают в результате психологической травмы?
5. Какие признаки ПТСР с Вашей точки зрения являются самыми тяжелыми и почему?
6. Что такое включенность консультанта в кризисную ситуацию?
7. Какую опасность для психолога представляет собой консультирование кризисных клиентов?
8. Как проявляется пренебрежение в уходе за детьми?
9. Что такое психологическое насилие?
10. Какие психологические изменения возникают у ребенка после перенесенного им насилия?
11. Как в игре ребенка проявляется пережитый им опыт насилия?
12. Какие фазы проходит суицидогенный конфликт?
13. Требования к личности консультанта.
14. В чем состоит особенность оказания психологической помощи при потенциальном суициде?
15. Как влияют возрастные особенности на переживание горя? Каким образом?
16. В чем различия между подавленным, отставленным и отсутствующим горем?

Комплекс заданий

Общие критерии оценивания

№ п/п	Процент правильных ответов	Оценка
1	86 % – 100 %	5 («отлично»)
2	70 % – 85 %	4 («хорошо»)
3	51 % – 69 %	3 (удовлетворительно)
4	50 % и менее	2 (неудовлетворительно)

Задания закрытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-1	ИУК-1.1	21	УК-1	ИУК-1.1
2	УК-1	ИУК-1.1	22	ПК-5	ИПК-5.1
3	УК-1	ИУК-1.1	23	ПК-5	ИПК-5.2
4	УК-1	ИУК-1.1	24	ПК-5	ИПК-5.2
5	УК-1	ИУК-1.1	25	ПК-6	ИПК-6.1
6	ПК-6	ИПК-6.1	26	ПК-6	ИПК-6.2
7	УК-1	ИУК-1.3	27	ПК-6	ИПК-6.2
8	УК-1	ИУК-1.3	28	ПК-5	ИПК-5.1
9	ПК-5	ИПК-5.1	29	ПК-5	ИПК-5.1
10	ПК-5	ИПК-5.2	30	ПК-5	ИПК-5.2
11	ПК-6	ИПК-6.1	31	ПК-5	ИПК-5.1
12	ПК-6	ИПК-6.1	32	ПК-5	ИПК-5.1
13	ПК-5	ИПК-5.1	33	ПК-6	ИПК-6.1
14	УК-1	ИУК-1.1	34	ПК-5	ИПК-5.2
15	ПК-5	ИПК-5.1	35	ПК-5	ИПК-5.2
16	ПК-5	ИПК-5.1	36	ПК-5	ИПК-5.1
17	УК-1	ИУК-1.1	37	УК-1	ИУК-1.3
18	ПК-5	ИПК-5.2	38	ПК-6	ИПК-6.1
19	ПК-5	ИПК-5.2	39	УК-1	ИУК-1.2.
20	УК-1	ИУК-1.2.	40	ПК-6	ИПК-6.2

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
1	4	11	4	21	2	31	1
2	1	12	1	22	1	32	1
3	2	13	4	23	2	33	1
4	3	14	2	24	1	34	1
5	3	15	3	25	1-Б; 2-В; 3-Г; 4-А.	35	1
6	2	16	2	26	4	36	4

7	4	17	4	27	1-В; 2-А; 3-Г; 4-Б.	37	4
8	3; 4	18	1	28	1-Б; 2-В; 3-Г; 4-А.	38	3-1-2-4
9	4	19	4	29	1	39	1-А; 2-Б; 3-В; 4-Г.
10	1; 2; 4.	20	1-А; 2-Б; 3-В; 4-Г.	30	2	40	1; 2; 3.

Задание № 1

Столкновение интересов при их высокой значимости для человека – это:

1. Фрустрация;
2. Стресс;
3. Кризис;
4. Конфликт

Задание № 2

Состояние, характеризующееся наличием сильной мотивации к достижению цели и преграды, препятствующей ее достижению – это;

1. Фрустрация;
2. Стресс;
3. Кризис;
4. Конфликт

Задание № 3

Состояние психического напряжения, обусловленное выполнением деятельности в особенно сложных условиях, — это:

1. Фрустрация;
2. Стресс;
3. Кризис;
4. Конфликт

Задание № 4

Неспецифическая реакция организма на ситуацию, которая требует большей или меньшей перестройки организма;

1. Фрустрация;
2. Стресс;
3. Кризис;
4. Конфликт

Задание № 5

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

1. Изменения во внешнем мире;
2. Отражение взаимодействия субъекта и среды;
3. Поворотные этапы жизненного пути индивида;
4. Детерминанты ситуации.

Задание № 6

Единичное воздействие, несущее угрозу и требующее превосходящих возможности индивида механизмов совладания – это признак:

1. Постоянное и повторяющееся воздействие травматического стрессора;
2. Краткосрочное, неожиданное травматическое событие;
3. Долгосрочное травматическое событие;
4. Чувства беспомощности и уязвимости.

Задание № 7

Отметьте, что из перечисленного не является видом кризисной ситуации:

1. Ситуации, связанные с переходом к следующему возрастному этапу;
2. Ситуации разлуки;
3. Ситуации утраты;
4. Чрезвычайные ситуации.

Задание № 8

Ситуация для человека становится кризисной в силу:

1. Ее негативных последствий;
2. Мнений и взглядов других людей, считающих ее таковой;
3. Субъективного переживания самим человеком ее как таковой;
4. Чрезвычайных, психотравмирующих ситуаций.

Задание №9

Системный характер кризисных состояний проявляется в том, что они:

1. Исключительно зависят от внешних условий;
2. Периодически проявляются в жизни;
3. Охватывают все уровни личностной организации;
4. Систематически проявляются в жизни.

Задание №10

В основные направления и методы психологической поддержки детям группы риска и детям, находящимся в трудных жизненных ситуациях, входит:

1. Совместное проектирование путей преодоления возникших трудностей;
2. Усиление жизненных ресурсов личности;

3. Проведение психологических экспериментов с детьми в качестве испытуемых с научными целями;
4. Формирование навыков безопасной жизнедеятельности

Задание №11

Кризисные состояния на социально-психологическом уровне могут проявляться в:

1. Сонливость;
2. Нарушениях сна;
3. Нарушениях мыслительных операций;
4. Нарушениях коммуникативных функций.

Задание №12

Самое длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение человека, тот фон, на котором протекают все остальные психические процессы:

1. Настроение;
2. Чувства;
3. Эмоции;
4. Страсти.

Задание №13

К каким признакам стресса относятся депрессия, импульсивное поведение, раздражительность, ночные кошмары?

1. Физические;
2. Поведенческие;
3. Мыслительные;
4. Эмоциональные.

Задание №14

Какое из утверждений больше всего соответствует научному пониманию изменений, происходящих при взаимодействии человека со стрессором

1. В экстремальной ситуации обостряется восприятие;
2. В экстремальной ситуации изменяется восприятие;
3. В экстремальной ситуации восприятие остается неизменным;
4. В экстремальной ситуации ослабляется восприятие.

Задание №15

Социально-психологический уровень проявлений стресса означает:

1. Изменения деятельности;

2. Изменения поведения;
3. Изменения общения;
4. Изменения равновесия.

Задание №16

Вегетативный уровень проявлений стресса означает:

1. Изменения психологических процессов;
2. Изменения физиологических процессов;
3. Изменения мнестических процессов;
4. Изменения процессов забывания.

Задание №17

Что из перечисленного является примером возрастающего возбуждения, наблюдаемого при ПТСР:

1. Спокойствие и невозмутимость;
2. Блокировка эмоциональных реакций;
3. Склонность к использованию психоактивных веществ;
4. Раздражительность и вспышки гнева.

Задание №18

Посттравматическое стрессовое расстройство обучающихся связано, в первую очередь, с:

1. Событиями, выходящими за рамки обыденного жизненного опыта;
2. Событиями, не выходящими за рамки обыденного жизненного опыта;
3. Семейно-бытовыми конфликтами;
4. Стрессом повседневной жизни.

Задание №19

В течение, максимально, какого времени после психотравмирующих событий может развиваться посттравматическое стрессовое расстройство:

1. Сразу после события;
2. В течение недели после события;
3. В течение месяца после события;
4. В течение года после события.

Задание №20

Установите соответствия между двумя множествами вариантов ответов. Соотнесите направление работы психологической службы образовательной организации с задачей, которую она решает.

1. Выявление таких психологических особенностей ребенка, которые могут в дальнейшем обусловить возникновение определенных сложностей или отклонений в его интеллектуальном или личностном развитии
2. Популяризация психологической информации (достижения в области психологии, любые материалы, имеющие отношение к психологии и ставшие предметом внимания людей);
3. Помощь в процессе принятия решений; способствование раскрытию и развитию потенциальных возможностей обучающихся.
4. Выработка и овладение навыками оптимальной для индивида и эффективной для сохранения здоровья психической деятельности, способствующей личностному росту и адаптации человека в обществе.

Варианты ответов:

- А. Психологическая профилактика;
- Б. Психологическое просвещение;
- В. Психологическое консультирование;
- Г. Психологическая коррекция.

Задание №21

Психологический кризис характеризуется:

1. Опасностью;
2. Потенциалом развития;
3. Обязательным разрушением личности;
4. Обязательным развитием личности.

Задание №22

Кризисные состояния проявляются через:

1. Эмоциональное напряжение
2. Адаптивными возможностями самого человека
3. Потенциальные возможности личностного развития
4. Расслабленность и занятием хобби и т.п.

Задание №23

Наиболее опасными для психического и психологического здоровья человека в большинстве случаев являются ситуации, связанные с:

1. Невозможностью достижения намеченного
2. Осмыслением собственной смертности
3. Перестройкой системы ценностей
4. Эмоциональное истощение

Задание №24

Степень кризисной ситуации определяется:

1. Адаптивными возможностями самого человека
2. Потенциальными возможностями личностного развития
3. Оценкой ее окружающими
4. Редукцией личных достижений

Задание №25

Установите соответствия между двумя множествами вариантов ответов.
Соотнесите реакцию на стресс и ее клинические проявления.

1. Развивается симптоматика очерченных психогенных состояний по типу аффективно-шоковых реакций ступора или возбуждения с нарушением сознания, ориентировки в окружающем, выраженной психомоторной заторможенности вплоть до ступора;
2. Наблюдается широкий круг аффективных расстройств – от эмоциональной лабильности до устойчивых депрессивных состояний, в некоторых случаях достигающих психотического уровня;
3. Депрессия, тревога, чувство несостоятельности, неспособность планировать или продолжать оставаться в настоящей ситуации, некоторое снижение продуктивности в повседневных делах.
4. Индивидуальный способ взаимодействия с ситуацией в соответствии с ее собственной логикой, значимостью в жизни человека и его психологическими возможностями

Варианты ответов:

- А. Психологическое преодоление;
- Б. Острая реакция на стресс;
- В. Посттравматическое стрессовое расстройство;
- Г. Расстройство адаптации.

Задание №26

Предложите вариант конструктивного выхода из кризиса:

1. Полную дезорганизацию личности
2. Неполную дезорганизацию личности
3. Личностную деградацию
4. Личностный рост, связанный с получением нового опыта

Задание №27

Установите соответствия между двумя множествами вариантов ответов.
Соотнесите тип акцентуации характера и основные характерологические проявления.

1. Главные черты – склонность к дисфории и тесно связанная с ними эмоциональная взрывчатость. Как правило, ведут асоциальный образ жизни. Склонны к лидерству, осуществляя его с применением запугивания либо физической силы. Гашиш, психостимуляторы обычно отвергают. Подросток сразу начинает наркотизацию с приема опиатов, барбитуратов, транквилизаторов;
2. Повышенный уровень активности, самооценки, почти всегда приподнятое ;
3. Отличаются непослушанием, всюду и во все лезут, трусливы, легко подчиняются другим детям. Склонны к наркомании в раннем возрасте. Присущ гедонизм – неудержимая тяга к удовольствиям и наслаждениям;
4. Беспредельный эгоцентризм, ненасытная жажда постоянного внимания к своей особе, восхищения, удивления, почитания, сочувствия. Реакция эмансипации имеет бурные проявления – побег из дома.

Варианты ответов:

- А. Гипертимный;
- Б. Истероидный;
- В. Эпилептоидный;
- Г. Неустойчивый.

Задание №28

Установите соответствия между двумя множествами вариантов ответов.

Соотнесите понятие и определение суицидального поведения.

1. Суицидальные акты, не завершившиеся летальным исходом по причине, не зависящей от суицидента (например, своевременная реанимация).
2. Демонстративно-установочные действия, при которых суицидент чаще всего знает о безопасности применяемых им средств самоубийства. Однако вышесказанное не снижает потенциальной опасности подобных действий.
3. Суицидальные мысли, намеки и высказывания, не сопровождающиеся какими-либо действиями, направленными на лишение себя жизни.
4. человек недавно покушался на свою жизнь или продолжает совершать действия, направленные на это. Естественно, что подобная ситуация встречается в практике телефонных психологических служб.

Варианты ответов:

- А. Текущий суицид;
- Б. Суицидальным покушениям;
- В. Суицидальными попытками;
- Г. Суицидальным проявлениям.

Задание №29

Наблюдение за естественным развитием ребенка с целью предупреждения различных психологических трудностей и проблем – это:

1. Психологическое сопровождение;
2. Психологическая помощь;
3. Психологическая профилактика;
4. Психологическая коррекция.

Задание №30

Для детей, подростков и молодежи наиболее тяжелыми в психологическом отношении оказываются:

1. Сексуальные расстройства
2. Заболевания, изменяющие внешность
3. Инфаркт, инсульт
4. Стресс, дистресс

Задание №31

Кризис первого года жизни характеризуется:

1. Становлением ходьбы и речи
2. Упрямством и негативизмом
3. Появлением социальных навыков
4. Потребностью в самостоятельности

Задание №32

Пассивные суицидальные мысли, это:

1. Представления, фантазии на тему своей смерти, но не на тему лишения себя жизни
2. Активная форма суицидальности, продумываются способы суицида, время и место действия.
3. Размышления об отсутствии ценности жизни, где еще нет четких представлений о собственной смерти, а имеется отрицание жизни.
4. Присоединение к замыслам волевого компонента.

Задание №33

Способ привлечь внимание к своей личности, оказание давления на окружающих лиц с целью изменения конфликтной ситуации в благоприятную сторону – это:

1. Демонстративное поведение;
2. Деструктивное поведение;
3. Делинквентное поведение;
4. Аддиктивное поведение.

Задание №34

Деятельность по предупреждению возможного неблагополучия в психическом и личностном развитии учащихся и созданию психологических условий, максимально благоприятных для этого развития – это:

1. Психологическая профилактика;
2. Социальная профилактика;
3. Педагогическая профилактика;
4. Психогигиеническая профилактика.

Задание №35

Эффективность психологической консультации – это:

1. Конечный результат, определяемый наличием положительных изменений у клиента;
2. Безопасность клиента в процессе психологического консультирования;
3. Достижение развития личных качеств у клиента;
4. Желание клиента жить дальше.

Задание №36

Студенту, который с удовольствием «смошенничал» бы на экзамене, кажется, что все на него смотрят так, как если бы он «мошенничал» взаправду, определяет вариант психологической защиты:

1. Сублимацию;
2. Регрессию;
3. Интроекцию;
4. Проекцию.

Задание №37

Какой симптом эмоционального выгорания (по В.В. Бойко) описан следующим образом: на работе вы еще держитесь, а дома замыкаетесь или вообще «рычите» на супруга и детей?

1. «Личностная отстраненность или деперсонализация»;
2. «Психосоматические и психовегетативные»;
3. «Эмоциональная отстраненность»;
4. «Расширения сферы экономии эмоций».

Задание №38

Установите правильной последовательности в предложенных вариантах. Наиболее часто встречающиеся типы личностных реакций, которые обладают потенциальной суицидоопасностью:

1. «Душевная боль»;
2. Негативные интерперсональные отношения;

3. Эгоцентрическое переключение;
4. Отрицательный баланс.

Задание №39

Установите соответствия между двумя множествами вариантов ответов.
Соотнесите вид детской психической травмы с ее описанием?

1. Появляется всегда спонтанно, в результате угрожающих событий жизни индивида и его близких (например, смерть родителя, нападение с угрозой для жизни);
2. Негативное затяжное воздействие на психику, не имеет ярко выраженные формы и способна длиться десятилетиями. Например, это детство в неблагополучной семье или брак, причиняющий психологический дискомфорт или физический вред;
3. Психологическая травма имеет краткосрочное влияние на психику. Ее появление связывают с предшествующими событиями, такими как, унижение, разрыв отношений;
4. Ведет к неудовлетворению основных психологических потребностей ребенка в течение длительного времени.

Варианты ответов:

- А. Шоковые психические травмы;
- Б. Хронически действующие психотравмирующие ситуации;
- В. Острая психологическая травма;
- Г. Ситуации психической депривации.

Задание №40

В процессе психологического консультирования используются следующие средства коммуникации:

1. Организации пространства и времени;
2. Специальных техник и приемов установления контакта;
3. Специальных техник и приемов воздействия на клиента;
4. Техник манипулирования собеседником.

Задания открытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-1	ИУК-1.3	21	УК-1	ИУК-1.1
2	УК-1	ИУК-1.2	22	УК-1	ИУК-1.2
3	ПК-6	ИПК-6.1	23	УК-1	ИУК-1.3
4	ПК-6	ИПК-6.2.	24	УК-1	ИУК-1.1

5	ПК-5	ИПК-5.2.	25	УК-1	ИУК-1.3
6	ПК-5	ИПК-5.1.	26	УК-1	ИУК-1.2
7	ПК-6	ИПК-6.2.	27	УК-1	ИУК-1.3
8	ПК-5	ИПК-5.2.	28	ПК-6	ИПК-6.2.
9	ПК-5	ИПК-5.2.	29	ПК-6	ИПК-6.2.
10	ПК-5	ИПК-5.1.	30	ПК-6	ИПК-6.1
11	ПК-5	ИПК-5.1.	31	ПК-6	ИПК-6.1
12	УК-1	ИУК-1.1	32	ПК-6	ИПК-6.1
13	ПК-6	ИПК-6.1	33	ПК-5	ИПК-5.2.
14	ПК-5	ИПК-5.1.	34	ПК-5	ИПК-5.2.
15	ПК-5	ИПК-5.2.	35	ПК-5	ИПК-5.2.
16	УК-1	ИУК-1.3	36	ПК-5	ИПК-5.1.
17	УК-1	ИУК-1.2	37	ПК-5	ИПК-5.1.
18	ПК-6	ИПК-6.1.	38	ПК-5	ИПК-5.2.
19	ПК-6	ИПК-6.1.	39	УК-1	ИУК-1.3
20	ПК-6	ИПК-6.1.	40	ПК-6	ИПК-6.2.

Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ
1.	<p>1. Внешние – характеристики ситуации, в которой находится человек: например:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Высокие эмоциональные воздействия ситуации (новизна, трудность и т.п.); - Дефицит, избыток или противоречивость имеющейся информации; - Неблагоприятные климатические условия; - Невозможность удовлетворить витальные потребности (жажда, голод). <p>2. Внутренние – демографические и личностные характеристики человека, испытывающего воздействие экстремальных условий, например:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Опыт переживания подобных ситуаций (наличие или отсутствие информационной модели ситуации и модели совладающего поведения). - «Образ мира» или «модель жизненного мира», типичная для человека; - Степень личностной зрелости; - Гендерные особенности (важен не биологический пол, а социальные представления о «мужском» и «женском» поведении); - Самооценка человека; - Уровень субъективного контроля (УСК); - Интроверсия/экстраверсия (считается, что важна в меньшей степени, чем УСК); - Система ценностей человека и т.д.
2.	<p>Например, характерными признаками ситуаций, позволяющими воспринимать их как экстремальные, могут быть:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Различные эмоциональные воздействия, связанные с высокой ответственностью, опасностью, трудностью, новизной выполняемой деятельности, наличием лимита времени на принятие решения и др.; - ситуации, сопровождающиеся опасностью массового поражения, чувством незащитности, наличием непосредственной угрозы для жизни; - чрезмерные нагрузки на психические и психомоторные процессы; - чрезмерные нагрузки на речевые функции, особенно при дефиците информации; - чрезмерные физические нагрузки, перенапряжение сил;

	<ul style="list-style-type: none"> - режим выраженного понижения двигательной активности (гипокинезия и гиподинамия); - воздействие выраженной гипервентиляции, т.е. учащения глубокого дыхания более чем на 2,5-3 минуты (при сильном эмоциональном напряжении), возникновение при этом критического снижения количества углекислоты в альвеолярном воздухе и, с другой стороны, значительное повышение содержания углекислоты в крови – гиперкапния; - неблагоприятное воздействие вибрации, шумов, радиочастот; - неблагоприятные воздействия различных климатических и микроклиматических факторов (жара, холод, влажность и др.); - голод и жажда; - сенсорная депривация и информационная изоляция; - кумуляция психического напряжения, тревожность; - переживание несчастья близких, их гибели и т.д.
3.	<ul style="list-style-type: none"> - Установление отношений доверия. - Определение сути кризисной ситуации. - Обеспечение, обратившемуся, возможности действовать.
4.	<ol style="list-style-type: none"> 1. В чем состоит проблема (кризис)? Например: <ul style="list-style-type: none"> – что именно клиент воспринимает как проблему – почему на данном этапе жизни это стало восприниматься как проблема – выявление «других участников» кризиса и т.д. 2. Что предпринималось до сих пор? Например: <ul style="list-style-type: none"> – вернуть клиенту способность ясно мыслить – вернуть клиенту уверенность в собственных силах – помочь выйти за рамки внутреннего мира, активизировать межличностные контакты – рекомендовать общественные ресурсы поддержки и т.д. 3. Что же выбрать? Например: <ul style="list-style-type: none"> – помочь человеку почувствовать, что он владеет собственной судьбой
5.	<ul style="list-style-type: none"> - Формирование доступа к ресурсам личности. <p>Например: для человека в кризисном состоянии характерно так называемое «туннельное сознание», когда он сфокусирован на негативных переживаниях: душевной боли, чувствах беспомощности, вины и стыда, обычно возникающих в состоянии травматического стресса. В таком состоянии человек, как правило, не замечает тех возможностей, которые имеет.</p>
6.	<ul style="list-style-type: none"> - «Ресурсы прошлого» — это позитивный опыт преодоления различных трудных для человека ситуаций в процессе его жизни. <p>Например: когда в кризисном состоянии человек испытывает состояние беспомощности, потери контроля над происходящим, эффективной стратегией терапии является предоставление клиенту возможности вспомнить периоды своей жизни, когда он успешно справлялся с возникающими трудностями. Чаще, помогает такой вопрос консультанта: «Можете ли вы вспомнить какую-либо трудную ситуацию в прошлом, с которой вы справились?». Воспоминания о таких ситуациях помогают человеку проанализировать, как и за счет чего он справлялся с возникшими трудностями и, главное, вспомнить свои чувства, когда это получалось.</p>
7.	<p>Рефрейминг: Создаем новые рамки для жизни.</p> <p>Например: магическое словосочетание: «В данный момент тебе именно так и кажется, но я думаю, что твое поведение было вполне разумным и осторожным. Просто твое тело отреагировало быстрее, интенсивнее, чем разум».</p>

	Слово «осторожно» заменяет понятие «трус», которым он определяет свое поведение. Не спорить с ним, когда он называет себя трусом, а уточнить, что это было осторожное поведение, которое направлялось не разумом, а телом, которое быстрее разума.
8.	За восстановлением ощущений идет когнитивное восстановление. 1) Не оставляйте пострадавшего одного. 2) Установите физический контакт с пострадавшим (возьмите за руку, положите свою руку ему на плечо или спину, погладьте его по голове). Дайте ему почувствовать, что вы рядом. 3) Применяйте приемы «активного слушания» (они помогут пострадавшему выплеснуть свое горе): периодически произносите «ага», «да», кивайте головой, то есть подтверждайте, что слушаете и сочувствуете; повторяйте за пострадавшим отрывки фраз, в которых он выражает свои чувства; говорите о своих чувствах и чувствах пострадавшего. 4) Не старайтесь успокоить пострадавшего. Дайте ему возможность выплакаться и выговориться, «выплеснуть» из себя горе, страх, обиду. 5) Не задавайте вопросов, не давайте советов. Ваша задача – выслушать.
9.	Мы подключаемся через канал «воображение». Например: сравнив себя с улиткой, человек использует «воображение», и психолог должен использовать этот же канал. Психолог по кризисному вмешательству: «Да, неприятно быть улиткой, но и (все-таки) улитка может себя защитить». (Я понимаю тебя, плохо, тебе трудно, но обращаю внимание, что есть плюсы, она умеет себя защитить.) Ключевое слово в диалоге «и все-таки».
10.	Первый этап проживания травмы, когда его состояние характеризуется отчаянием, оцепенением, отрицанием того, что случилось, самообвинением. Человек в этот период ощущает себя совершенно одиноким, с другой стороны, он очень внушаем. Человек как бы загипнотизирован кризисным событием.
11.	Этап стойкого воспоминания или «оживление» стрессора в повторяющихся переживаниях травмирующего события, ярких воспоминаниях или повторяющихся снах, либо повторное переживание горя при воздействии ситуаций, напоминающих или ассоциирующихся со стрессором. - Больной должен обнаруживать фактическое избегание или стремление избежать обстоятельств, напоминающих либо ассоциирующихся со стрессором. Например, любое из двух: 1. Психогенная амнезия, либо частичная, либо полная, в отношении важных аспектов периода воздействия стрессора. 2. Стойкие симптомы повышения психологической чувствительности или возбудимости (не наблюдавшиеся до действия стрессора), представленные любыми двумя из следующих: 1) затруднения засыпания или сохранения сна; 2) раздражительность или вспышки гнева; 3) затруднения концентрации внимания; 4) повышения уровня бодрствования; 5) усиленный рефлекс четверохолмия.
12.	В психологической практике используются пять критериев, позволяющих классифицировать формы психопрактик в зависимости от характера общения: 1) имеет ли психолог цель вызвать изменения психики у тех лиц, с

	<p>которыми взаимодействует;</p> <p>2) психологическая практика является нейтральной по отношению к личности психолога или психологическая практика изменяет личность психолога? Этот критерий позволяет учесть интенсивность взаимодействия в процессе общения, включенность личности психолога, наличие изменений личности психолога наряду с изменениями личности клиента;</p> <p>3) психологическая практика нацелена на изменение психики другого индивида при его согласии и в сотрудничестве с психологом или изменения достигаются помимо сознательного согласия клиента как равного? Этот критерий является принципиальным для оценки манипулятивного характера психопрактики;</p> <p>4) психологическая практика предполагает изменения психики участников взаимодействия на доличностном уровне (психические процессы или состояния) или на уровне личности? Этот критерий позволяет оценить глубину и масштаб предполагаемых изменений индивида;</p> <p>5) направлена ли активность психолога в процессе на другого индивида или на самого</p>
13.	<p>Слушание</p> <p>Наблюдение или направленное внимание</p> <p>Активное слушание, например: вопросы, уточнения, прояснение смысла.</p>
14.	<p>Слушание</p> <p>Наблюдение или направленное внимание</p> <p>Воздействие, например: понимание, обнаружение установок, интерпретация.</p>
15.	<p>Обратная связь</p> <p>Активное слушание, например: вопросы, уточнения, прояснение смысла.</p> <p>Воздействие, например: понимание, осознание, обнаружение установок, интерпретация.</p>
16.	<p>Слушание</p> <p>Наблюдение или направленное внимание</p> <p>Активное слушание, например: вопросы, уточнения, прояснение смысла.</p>
17.	<p>Например:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Мне так много хорошего о вас говорят, что вы всем помогаете... – Мы уже были у психологов, но что-то ничем не помогли... – Я буду платить столько, сколько вы скажете, только помогите... – Мне так много хорошего о вас говорят, что вы всем помогаете... – Я буду платить столько, сколько вы скажете, только помогите... – Это последняя наша надежда, и др. <p>Обратите внимание, что передача ответственности на психолога, с точки зрения другого человека, является якобы необходимым условием его профессиональной деятельности.</p>
18.	<p>1. Беседа с родителями с целью выяснения причины и объяснения необходимости больше общаться с ребенком.</p> <p>2. Индивидуальное консультирование подростка.</p>
19.	<p>Психологическое консультирование</p> <p>Например: консультант-психолог сначала анализирует с помощью тестов и других методик психическое состояние человека, его особенности, затем сообщает их результаты и помогает человеку использовать эту информацию для помощи.</p>
20.	<p>Психотерапия.</p> <p>Например: в ходе психотерапевтической работы становятся осознаваемы и доступны для изменения негативные состояния и чувства – ярость, гнев,</p>

	агрессия, страх, тревога, сверх-контроль и др.
21.	<p>Психофизиологический механизм паники запускаются в индукционном торможении больших участков коры головного мозга, предопределяющее понижение сознательной активности.</p> <p>Например: возникают неадекватность мышления, повышенная эмоциональность восприятия, гиперболизация опасности и резкое повышение внушаемости</p>
22.	<p>1. Собрать информацию: Этой информации достаточно для того, чтобы понять, что это за кризис, прежде чем начинать что-то делать. Вам не нужно знать имя пострадавшего, есть ли у него медицинская страховка, были ли свидетели происшествия.</p> <p>2. Оценить проблему, например: у человека кровотечение, он выглядит оглушенным, жалуется на головокружение. Ему необходима медицинская помощь. Возможно он потерял много крови.</p> <p>3. Выполнить план действий по выходу из кризиса.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) уложите мужчину 2) наложите давящую повязку на рану с целью остановки кровотечения 3) пошлите кого-нибудь вызвать полицию и скорую помощь <p>4. Оценить результат мероприятий.</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) кровотечение практически остановлено 2) мужчина остается в сознании 3) приближаются полиция и скорая помощь 5) я эффективно справлюсь с кризисом
23.	Описанный этап – диагностический.
24.	<p>Ориентированная на клиента терапия.</p> <p>Например: создать благоприятный климат консультирования, подходящий для самоисследования и распознавания факторов, мешающих росту личности; поощрять открытость клиента опыту, уверенность в себе, спонтанность.</p>
25.	<p>Существуют определенные признаки результативности консультирования, например:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Субъективное совместное чувство удовлетворения после психологической консультации, как у психолога-консультанта, так и у клиента; - Субъективная удовлетворенность подтверждается объективными данными (изменением отношения к проблеме у клиента, результатами психологического исследования); - Наличие положительных изменений, которые и были целью психологического консультирования; - Если влияние на один аспект изменило другой (например, положительные изменения на личностном плане в положительную сторону изменили межличностные отношения) и др.
26.	Нет, данное поведение консультанта неприемлемо. Данный консультант прибегает к морализированию, что недопустимо.
27.	<p>Данный процесс – это консультативный контакт. Основные параметры консультативного контакта, предполагают, например:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Эмоциональность; - Интенсивность; - Динамичность; - Конфиденциальность; - Оказание поддержки; - Добросовестность.
28.	Например: обстановка должна быть спокойной, следовательно, кабинет –

	<p>звукоизолированным. Кабинет должен быть окрашен в спокойные тона, уютно обставлен. Свет должен падать мимо клиента. Обстановка кабинета – стол, 3-4 стула или кресел. Также желательно иметь кушетку для проведения занятий по релаксации. На рабочем месте не следует держать личные вещи (семейные фото) или предметы, отражающие убеждения консультанта.</p>
29.	<p>Тип клиента – неуверенный в себе клиент Например: психолог-консультант, работая с таким клиентом, должен быть максимально собранным, четким, даже категоричным в высказываниях и поведении. Он должен создать полюс уверенности в решаемых вопросах. Убедительность и достоверность высказываемых психологом соображений должна естественно «перевесить одну из чаш весов» сомнений клиента.</p>
30.	<p>Описана сущность принципа разграничения личных и профессиональных отношений.</p>
31.	<p>Ответственность подростка за отношения с родителями. Например: в любых отношениях ответственность лежит на всех сторонах, вовлеченных в эти отношения. Подросткам несвойственно задумываться о том, какова их роль в отношениях с родителями. Они, как правило, склонны занимать позицию «невинной жертвы родительской тирании». Поэтому, более конструктивно подчеркнуть ответственность подростка за изменение сложившихся отношений. Важно, что сейчас, здесь, в кабинете психолога, находится не мама или папа, а сам подросток.</p>
32.	<p>Формулирование представлений о возможном результате работы с психологом. Например: у большинства подростков, даже имеющих опыт общения с психологом, представления о возможном результате консультативной работы весьма смутные. Вопрос психолога «Какую помощь ты бы хотел от меня получить?» или «Что бы ты хотел видеть в результате нашей работы?» ставит подростка в тупик. Мы проясняем, как можно добиться желаемых изменений, что для этого может сделать сам подросток и какую помощь может ему оказать в этом психолог. Нам представляется продуктивной следующая формулировка: «Мне очень хочется тебе помочь. К сожалению, я не волшебник и не все в моих силах. Я не могу изменить твою маму» и др.</p>
33.	<p>Настроить себя на успех можно с помощью самопрограммирования. Например: 1. Вспомните ситуацию, когда вы справились с аналогичными трудностями. 2. Используйте аффирмации. Для усиления эффекта можно использовать слова «именно сегодня», например: - «Именно сегодня у меня все получится»; - «Именно сегодня я буду самой(-ым) спокойной(-ым) и выдержанной(-ым)»; - «Именно сегодня я буду находчивой(-ым) и уверенной(-ым)»; - «Мне доставляет удовольствие вести разговор спокойным и уверенным голосом, показывать образец выдержки и самообладания» и др.</p>
34.	<p>Самоприказ, когда убеждены в том, что надо вести себя определенным образом, но испытываете трудности с соответствующей организацией своего поведения. Например: говорите себе: «Разговаривать спокойно!», «Молчать, молчать!», «Не поддаваться на провокацию!» — это помогает сдерживать эмоции, вести себя достойно, соблюдать требования этики и правила общения.</p>

35.	<p>Естественные приемы регуляции организма являются одними из наиболее доступных способов саморегуляции, например:</p> <ul style="list-style-type: none"> - смех, улыбка, юмор; - размышления о хорошем, приятном; - различные движения типа потягивания, расслабления мышц; - наблюдение за пейзажем; - рассматривание цветов в помещении, фотографий, других приятных или - - дорогих для человека вещей; - купание (реальное или мысленное) в солнечных лучах; - вдыхание свежего воздуха; - высказывание похвалы, комплиментов и пр.
36.	<p>Динамика конфликта предполагает увеличение зоны разногласия по мере усиления конфликтного взаимодействия.</p> <p>Например: как правило, с углублением конфликта, в процессе смены его этапов, происходит втягивание в конфликта все большего числа лиц и увеличение количества вопросов, по которым идет спор. Это происходит из-за особенностей восприятия в конфликте противоборствующей стороны: оппонент приобретает отрицательные черты и его мнение начинает казаться необоснованным.</p>
37.	<p>Целесообразность участия третьей стороны в конфликте связана с тем, насколько конфликт может быть разрешен силами самих конфликтующих, либо с возможностью вреда, который конфликтующие могут нанести окружающим.</p> <p>Следовательно, третья сторона может помочь с разрешением конфликта случае, когда конфликтующие сами обратились к его помощи.</p> <p>Например: посредник может активно вмешаться в ход конфликта, при условии, что:</p> <ul style="list-style-type: none"> – происходит опасная эскалация конфликтных событий, существует угроза применения насилия; – одной из сторон массированно применяется насилие; – третьей стороне лично невыгоден конфликт; – конфликт отрицательно влияет на среду, которая контролируется третьей стороной; – противоборствующие стороны не пришли к согласию, а у третьей стороны есть возможность удовлетворить интересы обеих сторон.
38.	<p>Дети переживают горе по-разному на разных этапах. Но и они подобно взрослым проходят определенные этапы в своих переживаниях, такие как:</p> <ul style="list-style-type: none"> - стадия шока; - стадия «поиска», примерно через 1,5-2 месяца; - стадия острого горя (страдает не только душа, но и тело); - стадия идеализация прошлого; - где-то через год, завершающая фаза горя. <p>Чтобы помочь ребенку, нужно, например: давать ему конкретную и точную информацию, отвечать на все его вопросы. Понимание смерти процесс очень постепенный и надо говорить о том, что произошло, много раз. Не скрывать свои чувства от ребенка, тогда и ребенку легче проявить свои. Избегать ненужных разлук с ним. Дети испытывают сильную потребность вспоминать умершего, одновременно осмысливая случившееся. Если у ребенка есть чувство вины, то необходимо работать над тем, чтобы приглушить его. Необходимо говорить с ребенком о его страхе смерти, беспокойстве, что его родители скоро умрут, уверяя, что подобные случаи бывают редко.</p>

39.	<p>Необходимо рассказать клиентке о стадиях умирания и основных чертах поведения на каждой из них:</p> <p>1-я: Отрицание, неприятие, например: «Нет, не я. Не может этого быть». Необходимо понять человека и дать ему надежду.</p> <p>2-я: Протест, например: «Почему я?» Набраться терпения, эта стадия пройдет.</p> <p>3-я: Просьба об отсрочке, например: «Не сейчас, — еще немного». Больной может обращаться к Богу. Теперь можно ему помочь.</p> <p>4-я: Депрессия, например: человек слабеет и уже готовится принять смерть.</p> <p>5-я: Принятие, спокойствие, например: нужно быть рядом, пусть и без слов. Также необходимо не бросать привычные занятия, научиться принимать помощь и поддержку, подумать о самом себе, о духовном.</p>
40.	<p>Индивидуальное консультирование;</p> <p>Групповое консультирование с приемами обучения невербальной коммуникации, техники психодраматического отреагирования страхов, телесно-ориентированная терапия;</p> <p>Работа с родителями для снятия гиперсоциализирующего влияния матери и усиления роли отца.</p>

Задание № 1

При выработке стратегии действий для решения проблемной ситуации какие факторы, определяющие восприятие ситуации как экстремальной, вы будете учитывать?

Задание № 2

Вы разрабатываете варианты решения проблемной ситуации на основе критического анализа доступных источников информации. Определите характерные признаки ситуаций, позволяющие воспринимать их как экстремальные.

Задание № 3

Назовите цели кризисного консультирования (В.Ю. Меновщиков).

Задание № 4

К Вам обратился обучающийся, переживший жесткую посадку самолета. Составьте модель решения кризисной проблемы.

Задание № 5

Какой принципы кризисной интервенции необходимо использовать в данной ситуации?

Клиент – молодой человек, 20 лет. Обратился за консультацией к психологу с проблемой душевного опустошения после ухода от него любимой девушки. Они прожили в гражданском браке полтора года. Девушка увлеклась другим мужчиной и ушла к нему. После работы с основными негативными переживаниями клиента — «вентиляции» чувств беспомощности, душевной боли, вины, беседа перешла к теме ресурсов.

Консультант спросил, какие люди или занятия смогли бы помочь восстановлению нормального состояния, позволили бы получить удовольствие, радость? После рассмотрения различных вариантов клиент остановился на пребывании на даче недалеко от города, где он вырос. В будние дни клиент старался загрузить себя работой и другими делами. А в выходные дни с раннего утра бродил по полям и лесам дачного поселка, это успокаивало его. В этой местности располагался достаточно высокий холм, подъем на который был крутым и трудным. У этого молодого человека возникло желание подниматься на этот холм каждый раз, когда он оказывался рядом с препятствием. По словам клиента, этот подъем был вначале очень трудным, казалось, что не хватает для этого сил. Но постепенно тренировка стала давать себя знать, и подъем становился все легче. В процессе психологического консультирования решались наиболее актуальные для клиента задачи, но каждый раз он уделял время рассказу об ощущениях, чувствах и мыслях, связанных с подъемом на холм. Через месяц эмоциональное состояние клиента стабилизировалось, восстановились настроение, самочувствие, сон, и было принято решение о завершении процесса консультирования. На вопрос консультанта о том, что было наиболее важно, значимо для клиента в этом опыте, он сообщил, что это был процесс подъема на холм. При анализе символического смысла такого подъема клиент вспомнил, как в детстве пробовал подниматься на этот холм и свое чувство ликования, ощущения силы, взрослости, победы, когда это впервые получилось. Он понял, что и на этот раз победил и стал еще более взрослым и независимым.

Задание №6

Какой вид ресурсов личности с точки зрения временных характеристик вы бы использовали в данной ситуации?

Клиентка – девушка, 20 лет. Обратилась с проблемой потери уверенности в себе, ощущением полной беспомощности. Девушка не прошла по конкурсу на отделение магистратуры после получения диплома бакалавра, в то время как ее подруги и однокурсник, в которого она влюблена, по конкурсу прошли. В период подготовки к экзаменам девушка была влюблена, и все ее внимание было устремлено на любимого человека.

Сейчас он все меньше уделяет ей внимания и сообщил, что чувства с его стороны прошли.

В начале консультации девушка села на край стула, плечи были опущены, корпус и голова склонены. То есть вся ее поза отражала ее самочувствие, которое выразилось в словах клиентки: «Я чувствую себя как будто меня сломали». При вопросе о цели консультирования, девушка сказала, что хотела бы почувствовать себя спокойной, целой и сильной, но выразила сомнение, возможно ли это. После подробного рассказа о кризисной ситуации и работы по «вентиляции», выражению актуальных чувств, был задан вопрос о том, были ли в жизни девушки трудные жизненные ситуации, с которыми она справлялась? Клиентка сначала никак

не могла вспомнить подобное. Но после слов консультанта, что это естественно в таком состоянии и что можно не торопиться, расслабиться и тогда воспоминания придут, постепенно стала вспоминать. Девушке вспомнился случай конфликта с одноклассниками в школе. Возникла ситуация, когда одна из ее одноклассниц совершила неблагоприятный поступок, но в нем обвинила клиентку. Одноклассники объявили ей бойкот, было очень тяжело справляться с этим, но она держалась. Все постепенно выяснилось, и одноклассники извинились перед ней, многие говорили, что уважают ее за силу характера, за стойкость. В процессе рассказа об этой ситуации клиентка стала меняться на глазах: девушка села на все сиденье стула, выпрямила плечи, подняла голову, у нее появилась улыбка на лице, жесты стали более энергичными. На вопрос «Как она себя чувствует?», клиентка с удивлением сообщила, что хорошо. В завершающей части консультации была намечена конкретная программа выхода из кризисного состояния.

Задание №7

Какой специальный прием, который позволяет изменить точку зрения человека на иную, порой даже противоположную, можно использовать в данной ситуации?

Юноша не смог спасти. Он винит себя. Жертва: «Я мог бы его спасти, я просто жалкий трус».

Задание №8

Девушка сидит в машине и кричит: «За что!?!». Она ищет объяснения, пытается найти логику случившегося. Но ей не надо объяснять причину происшедшего (автомобильная катастрофа и смерть близкого).

Какую психологическую помощь необходимо оказать пострадавшей?

Задание №9

Какую технику вы как психолог использовали бы в ситуации кризиса, при передаче жертвой своей боли и отчаяния: «Я чувствую себя маленьким и угнетенным – я похож на улитку»?

Задание №10

Вспомним библейскую историю «Содом и Гоморра». Жена Лота превратилась в соляной столб, так как она посмотрела назад – на место трагедии.

Назовите этап психологической травмы?

Задание №11

Юноша вернулся из зоны военной операции исключительно угрожающего характера. Какие симптомы ПТСР могут возникнуть в течение 6 месяцев после острой стрессовой ситуации?

Задание №12

Охарактеризуйте по отрывку сессии форму психопрактики с использованием пяти стандартных критериев?

Отрывок взят из книги Гусаковой М. П. Психологическое консультирование.

Отрывок:

– Лоренц, мне приятно, что вы так тепло ко мне относитесь, но нужно вскрыть еще один пласт вашего страха.

– Хм-м. Я не знаю, что вы имеете в виду. – Его голос был не таким твердым. Он больше не казался деловым администратором.

– Смятение – это простой способ быстрого ухода, Лоренц. Это ваш постоянный способ избегать столкновения с зависимостью от того, как вы выглядите в глазах других. – Нужно помочь ему остаться с самим собой сейчас, но я все же чувствовал его намерение сбежать.

– Да. Хм-м. Вероятно, я понимаю, что вы имеете в виду. – Его голос стал грудным и звучал неуверенно. Мы оба некоторое время молчали.

– Я чувствую себя хорошо, когда я в центре событий, организую дела, выдвигаю идеи... Именно так я чувствовал себя минуту назад, разговаривая с вами... Но затем наступают другие моменты... Как прошлым вечером.

Задание №13

Прочитайте нижеприведенные отрывки. Определите, какие навыки использовали консультанты?

Отрывок:

Б.: У меня такое ощущение, как будто меня что-то подхлестывает, заставляет продолжать работу. Как только это чувство пропадает, я сразу разваливаюсь.

К.: Вы имеете в виду свою преподавательскую работу?

Задание №14

Прочитайте нижеприведенные отрывки. Определите, какие навыки вы использовали бы при консультировании?

Отрывок:

Б.: Мне 16 лет. Я второй ребенок в семье, у меня есть сестра, двумя годами старше меня. Мой отец священник (женился в 20 лет и совершенно счастлив в браке).

К.: Мне кажется, что у вас сильно развито честолюбие.

Б.: Да, я честолюбив. Мне всегда приходилось много работать, чтобы добиться успеха.

К.: Как известно, чрезмерная амбициозность очень часто связана с неосознанным и глубоко скрытым ощущением неполноценности...

Б.: (перебивает): Конечно, я испытывал комплекс неполноценности. Мой маленький рост в школе заставляет меня все время самоутверждаться путем усиленных занятий. А потом, я всегда находился в окружении людей старше меня по годам. И в школе я был года на два младше своих одноклассников.

Задание №15

Прочитайте нижеприведенные отрывки. Определите, какие навыки вы использовали бы при консультировании?

Отрывок:

Б.: Пожалуй, вы правы. А что я для этого должен сделать?

К.: Вы хотите, чтобы я сформулировал для вас какие-то правила, но тогда они будут воздействовать на вас извне. Вы будете следовать им так же рьяно и с тем же напряжением, от которого страдаете сейчас. Это только усугубит вашу проблему. Желание следовать правилам возникает в результате все того же недоверия к жизни

Задание №16

Прочитайте нижеприведенные отрывки. Определите, какие навыки вы использовали бы при консультировании?

Отрывок:

М.: Я чувствовал себя идиотом. Когда я провожал ее домой, чувствовалась разобщенность между нами. У нас было, я не могу сказать наверняка, вы понимаете, но, вы понимаете, я достаточно уверен, на самом деле, я (mmm...), думаю, что мы сидели в тишине, вероятно, минут десять. Да, я бы сказал, что примерно так, и что (mmm...), видите ли, очень долго. И в конце концов мы расстались. О, черт!

Т.: Итак, вы говорите, что она ушла, думая плохо о вас, потому что вы не могли придумать, что сказать?

М.: Да! Я ничего не сказал. Я имею в виду, я выдохся. Можете это представить?

Задание №17

Перечислите в высказываниях людей, обратившихся за психологической помощью, варианты передачи ответственности за разрешение ситуации на психолога.

Задание №18

Определите основные этапы работы психолога над проблемой?

Юноше 16 лет. В интерпретации он ведет себя странно: стал нервным, скрытным. Часто у него «блестят глаза». Ухудшились успеваемость и поведение.

Задание №19

Прочитайте отрывок консультативной ситуации. Какой вид помощи вы как психолог будете использовать в данной ситуации?

Отрывок:

«В конце 1-й четверти кабинет психолога посетила мать одного из первоклассников. Видно было, что ей очень тяжело начать разговор. Выяснилось, пришла после трудных раздумий, лейтмотивом которых стало:

“Все ли в порядке с моим сыном? Нет ли у него умственных отклонений, так как его обучение продвигается с большими трудностями”.

Ребенок тихий, ласковый, послушный, он не причинял хлопот, пока не пошел в школу. Детский садик мальчик не посещал, рос “домашним ребенком” в семейном кругу, где умели уделить внимание ребенку. Читать и считать научился дома. Но с начала школьного обучения спокойствие в доме кончилось. Мальчик стал беспокойным, часто плачет, вздрагивает от любого звука, плохо спит по ночам».

Задание №20

Прочитайте отрывок консультативной ситуации. Какой вид помощи вы как психолог будете использовать в данной ситуации?

Отрывок:

«Обеспокоенность мамы вызвала высокая двигательная активность ребенка. Не проходит чтобы чего-то не случилось. То сам упадет, то подерется, то кого-то зацепит. В классе (1-й класс) не может усидеть спокойно. Его повышенная активность пугает учителей и родителей. В прошлом году в школе он сумел сломать руку, а в первой четверти этого года пришел домой с раной на голове. Мама утверждает, что способности у сына неплохие, но учится он посредственно, очень невнимателен, его отвлекает любой звук, любое движение. В общении с другими детьми у мальчика тоже проблемы. Он не имеет постоянных друзей. Маме кажется, что причина плохих отношений с ребятами – повышенный эгоизм ребенка».

Задание №21

Опишите как запускается психофизиологический механизм паники.

Задание №22

Опишите, какие 5 шагов вы предпримите по выходу из кризиса в описанной ситуации:

«Произошла авария, у мужчины из раны на лбу течет кровь, других видимых признаков повреждений нет».

Задание №23

Консультативная беседа имеет свою структуру, состоящую из нескольких этапов. Основное содержание одного из этапов составляет рассказ клиента о себе и о своей проблеме (исповедь), а также психодиагностика клиента, если возникает необходимость ее проведения для уточнения проблемы клиента и поиска оптимального решения, является наиболее продолжительным.

Как называется описанный этап?

Задание №24

Цели психологического консультирования могут варьироваться в зависимости от психологической школы. В данном психологическом направлении целями консультирования являются: устранить

«саморазрушающий» подход клиента к жизни и помочь сформировать толерантный и рациональный подход и научить его применению научного метода при решении поведенческих и эмоциональных проблем.

Определите, к какой психологической школе они относятся?

Задание №25

В любой деятельности результат имеет важное значение. Но его необходимо правильно оценить, чтобы правильно понять, были ли достигнуты цели или нет, насколько эффективна какая-либо деятельность. Также и в консультировании результат важен и его необходимо уметь правильно оценивать. Опишите, каким образом можно оценить результаты консультирования?

Задание №26

Во время консультативной работы консультант «исходит» с партнерской позиции и предстает перед клиентом в роли всезнающего, учителя, поучает и критикует клиента. Консультант забывает о том, что главное для него – это объективно выслушать рассказ клиента, помочь разобраться в формирующих факторах его личности, которые породили обсуждаемую проблему и выявить те связи, которые позволят клиенту по-новому взглянуть на себя и понимание которых поможет ему справиться со своими затруднениями. Определите, является ли данное поведение консультанта приемлемым?

Задание №27

При консультировании необходимо добиваться такого динамического процесса, во время которого консультант помогает клиенту использовать свои внутренние ресурсы для развития в позитивном направлении, актуализировать потенциал осмысленной жизни. Также данный процесс отражает те чувства и установки, которые участники консультирования (консультант и клиент) испытывают один по отношению другому, и способ их выражения.

Дайте название описанному процессу?

Задание №28

Одним из важнейших факторов, влияющих на эффективность консультативной работы, является обстановка, в которой проходит консультирование.

Каким образом необходимо оборудовать кабинет, для наибольшей эффективности проведения консультативной работы?

Задание №29

На консультацию к психологу пришел клиент, который много размышляет над ситуацией, много взвешивает, но никак не может принять решение, избавиться от сомнений. Цель его обращения к психологу – снять с себя ответственность в принятии необходимого жизненного решения.

Какой тип клиента описан?

Задание №30

Психологическое консультирование, как и любая другая деятельность психолога основывается на определенных принципах. Известно, что на профессиональные

отношения могут иметь сильное влияние отношения личные, в частности личные потребности и желания психолога влияют как на процесс психологической помощи, так и на самого клиента, а, следовательно, могут препятствовать эффективному осуществлению психологической помощи.

Сущность какого принципа психологического консультирования описана?

Задание №31

Какая стратегия психологического консультирования использована школьным психологом?

Юля, 15 лет, обратилась к психологу с проблемой частых ссор с мамой и непонимания с ее стороны.

Юля. В общем, мама начинает кричать, я тоже срываюсь, и мы опять ссоримся. Потом я просто ухожу к себе и начинаю плакать.

Психолог. А как бы тебе хотелось, чтобы вы с ней разговаривали?

Ю. Ну, как... Спокойно, без крика. Чтобы можно было как-то договориться.

П. А как этого можно добиться?

Ю. Не знаю... вот если бы она не кричала, я бы тоже не заводилась.

П. Сейчас передо мной нет твоей мамы, и я не могу попросить ее: «Елена Игоревна, вы уж постарайтесь на Юлю не кричать».

Ю. Да даже если бы вы попросили, это бы не помогло.

П. Возникает вопрос о том, кто в этой ситуации окажется взрослее и мудрее, кто первым сделает шаг к изменению. Когда ты была маленькой, твоя мама заботилась о тебе, успокаивала, объясняла, терпела, а теперь ты сама уже взрослая. В ваших отношениях с мамой есть два человека — ты и мама. Как я понимаю, мама не будет ничего менять в ваших отношениях.

Ю. Не будет, это точно.

П. Тогда кто может предпринять какие-то шаги, ведущие к изменению?

Ю. Ну... я, наверное...

П. Наверное. Ведь больше-то некому. Теперь от тебя зависит, как сложатся ваши отношения с мамой.

Ю. Да... получается, что от меня.

Задание №32

Какая стратегия психологического консультирования использована школьным психологом?

Женя, 14 лет, обратился к психологу со следующей проблемой: родители ограничивают время его прогулок, требуют, чтобы он возвращался домой слишком рано, по мнению Жени.

Психолог. Итак, родители не дают тебе гулять столько, сколько ты хочешь.

Женя. Ну да. Все время заставляют рано возвращаться!

П. Женя, а как бы тебе хотелось, чтобы они относились к твоим прогулкам?

Ж. Ну... А чтобы вообще не спрашивали, куда я пошел и когда вернусь!

Пусть сколько хочу, столько и гуляю!

П. (с легкой иронией). Действительно, какая разница, где ты гуляешь и когда придешь! Женя, а почему они волнуются?

Ж. Так сейчас же опасно... мало ли кого встретишь...

П. Ну и что, ты уже взрослый человек, ничего с тобой не случится.

Ж. Так они же родители... волнуются...

П. А могут они совсем перестать волноваться, как ты думаешь?

Ж. (задумчиво). Да нет, наверное...

П. Тогда, наверное, им не может быть все равно, когда ты придешь.

Ж. Наверное... А может, мне попробовать с ними договориться, чтобы разрешали подольше гулять?

Задание №33

Во многих ситуациях целесообразно «оглянуться назад», вспомнить о своих успехах в аналогичном положении. Прошлые успехи говорят человеку о его возможностях, о скрытых резервах в духовной, интеллектуальной, волевой сферах и вселяют уверенность в своих силах.

Какие техники вы как психолог посоветуете, чтобы настроить себя на успех?

Задание №34

Словесное воздействие задействует сознательный механизм самовнушения, идет непосредственное воздействие на психофизиологические функции организма.

Назовите способ саморегуляции основанный на использовании коротких, отрывистых распоряжений, сделанных самому себе?

Задание №35

Своевременная саморегуляция выступает своеобразным психогигиеническим средством. Какие приемы саморегуляции вы как психолог можете посоветовать применять?

Задание №36

Одной из структурных единиц конфликта является зона разногласий – факт или вопрос, вызвавший противостояние.

Как может изменяться (расширяться или сужается) зона разногласий по мере развития конфликта?

Задание №37

В некоторых ситуациях эффективным бывает урегулирование конфликта посредником.

Каковы условия правомерного вмешательства самого посредника в конфликт?

Задание №38

К психологу пришла мама подростка: «Мой муж умер в день 13-летия сына. После похорон сын стал очень замкнутым, хотя до этого он делился со мной своими мыслями и впечатлениями. Замкнутый и неразговорчивый он везде: и дома, и в школе, в окружении друзей. Такое впечатление, что он перестал даже интересоваться тем, что до этих трагических событий его увлекало.

Определите основные стадии переживания горя?

Задание №39

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, прожившая тяжелую жизнь, еще не знает о действительных масштабах своей болезни.

На что необходимо клиентку сориентировать?

Задание №40

Родители обратились по поводу сына 14,5 лет, который всего боится, ни с кем не дружит, с трудом вступает в контакт с незнакомыми людьми, упрямый, дома часто плачет, из класса убегает, объяснить причины не может. Семья дружная, есть младший сын – противоположность первому. Старший унаследовал от отца его нелюдимость и замкнутость. Самому отцу с ним трудно общаться. Мать отзывчивая женщина, замученная страхами, тревожная, гиперсоциализирующая.

Определите основные этапы работы над проблемой.

4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Промежуточная аттестация обучающихся обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (модулю).

Преподаватель доводит до сведения обучающихся на первом учебном занятии перечень вопросов, выносимых на промежуточную аттестацию, и критерии оценивания знаний, умений и навыков.

Промежуточная аттестация обучающихся обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (модулю).

Преподаватель доводит до сведения обучающихся на первом учебном

занятия перечень вопросов, выносимых на промежуточную аттестацию, и критерии оценивания знаний, умений и навыков.

Целью экзамена является проверка и оценка знаний обучающегося по теории и применению полученных знаний, умений и навыков при решении практических задач.

Экзамен проводится по расписанию, сформированному учебно-методическим управлением, в сроки, предусмотренные календарным учебным графиком.

Результаты сдачи экзаменов оцениваются: «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

Экзамен проводится по билетам. Экзаменуемый сам выбирает экзаменационный билет, который содержит два вопроса. Экзаменатор имеет право задавать дополнительные вопросы в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля).

Обучающийся допускается к экзамену по дисциплине (модулю) при условии выполнения всех видов работ, предусмотренных учебным планом и рабочей программой дисциплины (модуля).

Экзамен принимается преподавателем, ведущим занятия по дисциплине (модулю).

Результаты экзамена заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость и зачетную книжку обучающегося. Если обучающийся не явился на экзамен, в ведомости напротив фамилии обучающегося преподавателем делается запись «не явился». Неявка на экзамен без уважительной причины приравнивается к оценке «неудовлетворительно».

Во время экзамена с разрешения экзаменатора обучающийся может пользоваться справочниками, таблицами, инструкциями и другими материалами. Экзаменуемый получает 30 минут для подготовки ответа на вопросы экзаменационного билета. На устный ответ каждого экзаменуемого выделяется не более 15 минут.

Экзаменуемый при подготовке ответа ведет необходимые записи, которые предъявляет экзаменатору. При отказе экзаменуемого от ответа в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «неудовлетворительно».

Результаты экзамена заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость. Если обучающийся не явился на экзамен, в ведомости напротив фамилии обучающегося делается запись «не явился». Неявка на экзамен без уважительной причины приравнивается к оценке «неудовлетворительно».

В зачетную книжку выставляется соответствующая оценка, полученная обучающимся. Оценка «неудовлетворительно» в зачетную книжку не ставится. Заполнение зачетной книжки до внесения соответствующей оценки в ведомость не разрешается.

Прием экзамена у обучающегося прекращается при нарушении им дисциплины, использовании неразрешенных материалов и средств мобильной связи. В этом случае обучающемуся в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «неудовлетворительно».

В случае несогласия обучающегося с оценкой, выставленной на экзамене, он имеет право подать апелляцию.