

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ  
ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Забайкальский государственный университет»  
(ФГБОУ ВО «ЗабГУ»)

Психолого-педагогический факультет  
Кафедра Теоретической и прикладной психологии

УТВЕРЖДАЮ:

Декан факультета

Психолого-педагогический  
факультет

Клименко Татьяна  
Константиновна

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_  
г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

Б1.В.ДВ.04.02 Кризисные состояния личности  
на 72 часа(ов), 2 зачетных(ые) единиц(ы)  
для направления подготовки (специальности) 37.04.01 - Психология

составлена в соответствии с ФГОС ВО, утвержденным приказом  
Министерства образования и науки Российской Федерации от  
« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г. № \_\_\_\_

Профиль – Общая психология (для набора 2022)  
Форма обучения: Очно-заочная

# 1. Организационно-методический раздел

## 1.1 Цели и задачи дисциплины (модуля)

Цель изучения дисциплины:

формирование компетенций в области профессиональной деятельности психолога при протекании кризисных состояний личности, методов их коррекции, а также основ саморегуляции личности.

Задачи изучения дисциплины:

1. Овладеть системой понятий данной области психологического знания. 2. Формирование профессионального мышления будущих психологов в вопросах оказания психологической помощи кризисному клиенту. 3. Формирование представлений о специфике кризисных состояний. 4. Освоить психологические технологии, методы и программы психологической помощи кризисному клиенту.

## 1.2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОП

Дисциплина «Кризисные состояния личности» Б1.В.ДВ.04.02

## 1.3. Объем дисциплины (модуля) с указанием трудоемкости всех видов учебной работы

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы), 72 часов.

Виды занятий	Семестр 3	Всего часов
Общая трудоемкость		72
Аудиторные занятия, в т.ч.	26	26
Лекционные (ЛК)	13	13
Практические (семинарские) (ПЗ, СЗ)	13	13
Лабораторные (ЛР)	0	0
Самостоятельная работа студентов (СРС)	46	46
Форма промежуточной аттестации в семестре	Зачет	0
Курсовая работа (курсовой проект) (КР, КП)		

**2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы**

Планируемые результаты освоения образовательной программы		Планируемые результаты обучения по дисциплине
Код и наименование компетенции	Индикаторы достижения компетенции, формируемые в рамках дисциплины	Дескрипторы: знания, умения, навыки и (или) опыт деятельности
УК-5	УК-5.1. Знает различные исторические типы культур; механизмы межкультурного взаимодействия в обществе на современном этапе, принципы соотношения общемировых и национальных культурных процессов	Знать: Знает различные исторические типы культур; механизмы межкультурного взаимодействия в обществе на современном этапе, принципы соотношения общемировых и национальных культурных процессов.
УК-5	УК-5.2. Умеет объяснить феномен культуры, её роль в человеческой жизнедеятельности; адекватно оценивать межкультурные диалоги в современном обществе; толерантно взаимодействовать с представителями различных культур.	Знать: феномен культуры, её роль в человеческой жизнедеятельности  Уметь: адекватно оценивать межкультурные диалоги в современном обществе  Владеть: навыками толерантного взаимодействия с представителями различных культур
УК-5	УК-5.3. Владеет навыками формирования психологически безопасной среды в профессиональной деятельности; навыками межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур	Знать: суть и содержание психологически безопасной среды в профессиональной деятельности  Уметь: определять психологически безопасную среду, межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур  Владеть: навыками формирования психологически безопасной среды в профессиональной деятельности; навыками межкультурного взаимодействия с учетом разнообразия культур
ОПК-4	ОПК-4.1. Проводит оценку	Знать: знает содержание

	<p>психометрических характеристик используемых психодиагностических инструментов.</p>	<p>психометрических характеристик используемых психодиагностических инструментов</p> <p>Уметь: умеет подбирать психодиагностические инструменты</p> <p>Владеть: навыками осуществления психодиагностического обследования</p>
ОПК-4	<p>ОПК-4.2. Составляет протоколы, заключения, отчеты по результатам психологической оценки, диагностики и экспертизы</p>	<p>Знать: структуру, содержание протоколов, заключений, отчетов по результатам психологической оценки</p> <p>Уметь: составлять протоколы, заключения, отчеты по результатам психологической оценки, диагностики и экспертизы</p> <p>Владеть: навыками всестороннего анализа и составления протоколов, заключений по результатам психодиагностического обследования</p>
ОПК-4	<p>ОПК-4.3. Исходя из гуманистических принципов и профессиональной этики предоставляет обратную связь по результатам диагностики и экспертизы</p>	<p>Знать: гуманистические принципы и основы профессиональной этики</p> <p>Уметь: давать обратную профессиональную связь по результатам диагностики и экспертизы</p> <p>Владеть: навыками представления собственных заключений на высоком профессиональном уровне, исходя из гуманистических принципов и профессиональной этики</p>
ОПК-5	<p>ОПК-5.1. Анализирует психологические проблемы отдельных лиц, групп и (или)</p>	<p>Знать: психологические проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций и обосновывает</p>

	<p>организаций и обосновывает необходимость профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p>	<p>необходимость профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства.</p> <p>Уметь: обосновывать необходимость профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства.</p> <p>Владеть: навыками реализаций профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства.</p>
ОПК-5	<p>ОПК-5.2. Разрабатывает программу профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p>	<p>Знать: теоретические основы разработки программ профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p> <p>Уметь: разрабатывать программы профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p> <p>Владеть: навыками реализации программ профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p>
ОПК-5	<p>ОПК-5.3. Реализует программу профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства, отслеживая его последствия и результативность в решении конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций.</p>	<p>Знать: содержание программ профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p> <p>Уметь: разрабатывать программы и критерии оценки эффективности программ профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p>

		<p>Владеть: навыками реализации и оценки эффективности программ профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного вмешательства</p>
ПК-2	<p>ПК-2.1. Разрабатывает программу исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности</p>	<p>Знать: теоретические основы психологического анализа параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности; выявлять условия, неблагоприятно влияющих на развитие личности, ее психологическое здоровье</p> <p>Уметь: выявлять условия, неблагоприятно влияющих на развитие личности, ее психологическое здоровье</p> <p>Владеть: навыками психологического анализа, диагностики и составления заключения об условиях образовательной среды, ее безопасности и комфортности</p>
ПК-2	<p>ПК-2.2. Проводит эмпирическое исследование параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности, обработку, анализ и интерпретацию данных</p>	<p>Знать: содержание исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности, обработку, анализ и интерпретацию данных</p> <p>Уметь: Проводить эмпирическое исследование параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности.</p> <p>Владеть: навыками обработки, анализа и интерпретации данных</p>
ПК-2	<p>ПК-2.3. Представляет результаты исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности</p>	<p>Знать: особенности представления и презентации исследования параметров жизненной, в том числе образовательной среды, ее безопасности и комфортности</p>

		<p>Уметь: подбирать презентационные материалы, описывать результаты исследования</p> <p>Владеть: навыками эффективного представления полученных результатов.</p>
--	--	--

### 3. Содержание дисциплины

#### 3.1. Разделы дисциплины и виды занятий

##### 3.1 Структура дисциплины для очно-заочной формы обучения

Модуль	Номер раздела	Наименование раздела	Темы раздела	Всего часов	Аудиторные занятия			СРС
					ЛК	ПЗ (СЗ)	ЛР	
1	1.1	Общее представление о кризисных состояниях личности	Введение. Понятие кризиса, кризисного состояния. Различные схемы и этапы протекания кризиса. Принципы работы с кризисным клиентом	18	3	3	0	12
2	2.1	Психология насилия	Насилие над женщинами. Домашнее насилие. Консультирование жертв семейного насилия. Насилие над детьми: психологическое, физическое, сексуальное. Консультирование детей-жертв насилия. Групповая психотерапия с детьми.	18	3	3	0	12
3	3.1	Психология потери	Горе утраты как процесс. Стадии и задачи горя. Развод как утрата.	18	3	3	0	12

			Консультирование клиента, пережившего утрату.					
4	4.1	Основы саморегуляции, техники самопомощи.	Психологические технологии, направленные на отработку навыков саморегуляции и техник самопомощи.	18	4	4	0	10
Итого				72	13	13	0	46

### 3.2. Содержание разделов дисциплины

#### 3.2.1. Лекционные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Общее представление о кризисных состояниях личности.	Понятие кризиса, кризисного состояния. Различные схемы и этапы протекания кризиса. Принципы работы с кризисным клиентом	3
2	2.1	Психология насилия.	Насилие над женщинами. Домашнее насилие. Консультирование жертв семейного насилия. Насилие над детьми: психологическое, физическое, сексуальное. Консультирование детей-жертв насилия. Групповая психотерапия с детьми.	3
3	3.1	Психология потери.	Горе утраты как процесс. Стадии и задачи горя. Развод как утрата. Консультирование клиента, пережившего утрату.	3
4	4.1	Основы саморегуляции, техники самопомощи.	Психологические технологии, направленные на отработку навыков саморегуляции и техник самопомощи.	4

#### 3.2.2. Практические занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)



1	1.1	Общее представление о кризисных состояниях личности.	Введение. Понятие кризиса, кризисного состояния. Различные схемы и этапы протекания кризиса. Принципы работы с кризисным клиентом	3
2	2.1	Психология насилия.	Насилие над женщинами. Домашнее насилие. Консультирование жертв семейного насилия. Насилие над детьми: психологическое, физическое, сексуальное. Консультирование детей-жертв насилия. Групповая психотерапия с детьми.	3
3	3.1	Психология потери.	Горе утраты как процесс. Стадии и задачи горя. Развод как утрата. Консультирование клиента, пережившего утрату.	3
4	4.1	Основы саморегуляции, техники самопомощи.	Психологические технологии, направленные на отработку навыков саморегуляции и техник самопомощи.	4

### 3.2.3. Лабораторные занятия, содержание и объем в часах

Модуль	Номер раздела	Тема	Содержание	Трудоемкость (в часах)

### 3.3. Содержание материалов, выносимых на самостоятельное изучение

Модуль	Номер раздела	Содержание материалов, выносимого на самостоятельное изучение	Виды самостоятельной деятельности	Трудоемкость (в часах)
1	1.1	Общее представление о кризисных состояниях личности. Введение. Понятие кризиса, кризисного состояния. Различные схемы и этапы протекания кризиса. Принципы работы с кризисным клиентом	конспектирование литературы, составление презентаций	12
2	2.1	Психология насилия.	конспектирование	12

		Насилие над женщинами. Домашнее насилие. Консультирование жертв семейного насилия. Насилие над детьми: психологическое, физическое, сексуальное. Консультирование детей-жертв насилия. Групповая психотерапия с детьми.	литературы, подбор психологических технологий работы с жертвами насилия.	
3	3.1	Психология потери. Горе утраты как процесс. Стадии и задачи горя. Развод как утрата. Консультирование клиента, пережившего утрату.	создание презентаций, конспектов	12
4	4.1	Основы саморегуляции, техники самопомощи. Психологические технологии, направленные на отработку навыков саморегуляции и техник самопомощи.	подбор упражнений, психологических техник, направленных на отработку навыков саморегуляции	10

#### **4. Фонд оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине**

Фонд оценочных средств текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины представлен в приложении.

[Фонд оценочных средств](#)

#### **5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины**

##### **5.1. Основная литература**

##### **5.1.1. Печатные издания**

1. Романин, Андрей Николаевич. Практическая психология и психотерапия : учебник . - Москва : Кнорус, 2011. - 680 с. - ISBN 978-5406-00827-0 : 390-40.

2. Старшенбаум, Г.В. Психоматика и психотерапия. Исцеление души и тела. - 3-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2013. - 350 с. - (Психологический практикум). - ISBN 978-5-222-20597-6 : 348-50.

3.

### 5.1.2. Издания из ЭБС

1. Соколова, Елена Теодоровна. Психотерапия : Учебник и практикум для вузов / Соколова Е. Т. - 5-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 359 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/491527> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-05416-3 : 1109.00.

2. Фесенко, Юрий Анатольевич. Детская и подростковая психотерапия: невроты у детей : Учебное пособие для вузов / Фесенко Ю. А., Гарбузов В. И. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 330 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/494340> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-07308-9 : 1029.00.

## 5.2. Дополнительная литература

### 5.2.1. Печатные издания

1. Истратова, Оксана Николаевна. Справочник по групповой психокоррекции. - 3-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2011. - 443 с. - (Справочник ). - ISBN 978-5-222-18101-0 : 144-55.

2. Плотникова, Маргарита Юрьевна. Юнгианская песочная терапия в профессиональной деятельности психолога : учеб. пособие. - Чита : ЗабГУ, 2016. - 118 с. - ISBN 978-5-9293-1817-7 : 118-00.

3. Эксакусто, Т.В. Групповая психокоррекция: тренинги и роли, упражнения для личностного и профессионального развития. - 2-е изд. - Ростов-на-Дону : Феникс, 2016. - 254 с. - (Психологический практикум). - ISBN 978-5-222-27383-8 : 257-00.

### 5.2.2. Издания из ЭБС

1. Шарапов, Алексей Олегович. Экстренная психологическая помощь : Учебное пособие для вузов / Шарапов А. О., Пчелкина Е. П., Логинова О. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 212 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/495887> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-11584-0 : 709.00.

2. Шумский, Владимир Борисович. Экзистенциальная психология и психотерапия : Учебное пособие для вузов / Шумский В. Б. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2022. - 155 с. - (Высшее образование). - URL: <https://urait.ru/bcode/490373> (дата обращения: 07.02.2022). - ISBN 978-5-534-06345-5 : 559.00.

## 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

Название	Ссылка
ЭБС "Юрайт"	<a href="https://urait.ru/">https://urait.ru/</a>
ЭБС "Лань"	<a href="https://e.lanbook.com/">https://e.lanbook.com/</a>
ЭБС "Консультант Студента"	<a href="https://www.studentlibrary.ru/">https://www.studentlibrary.ru/</a>

## 6. Перечень программного обеспечения

Программное обеспечение общего назначения: ОС Microsoft Windows, Microsoft Office, ABBYY FineReader, ESET NOD32 Smart Security Business Edition, Foxit Reader, АИБС "МегаПро".

Программное обеспечение специального назначения:

- 1) SPSS Statistics Base
- 2) АИБС "МегаПро"

### 7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Наименование помещений для проведения учебных занятий и для самостоятельной работы обучающихся	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по факультету
Учебные аудитории для проведения практических занятий	
Учебные аудитории для промежуточной аттестации	
Учебные аудитории для проведения групповых и индивидуальных консультаций	Состав оборудования и технических средств обучения указан в паспорте аудитории, закреплённой расписанием по кафедре
Учебные аудитории для текущей аттестации	

### 8. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины

При освоении дисциплины для продуктивной аудиторной работы студент должен:

- прежде всего, обращаться к рекомендуемой по дисциплине литературе,
- ознакомиться с возможными источниками интернет-ресурсов по данной дисциплине,
- проявлять активность на лекциях, которая предполагает:

- а) просмотр предыдущей лекции;
- б) выполнение мини заданий на лекцию;
- в) постановку вопросы во время лекции или по окончании ее, с целью уточнения отдельных положений излагаемого материала;

Рекомендации к организации самостоятельной работы студентов

Приёмы самостоятельной работы студентов

Для организации продуктивной самостоятельной работы целесообразно обращаться за рекомендациями, изложенными в методических пособиях по этому вопросу, имеющимся в научной библиотеке ЗабГУ.

#### 1. Работа с учебником.

Для обеспечения максимально возможного усвоения материала и с учётом индивидуальных особенностей студентов, можно предложить им следующие приёмы обработки информации учебника:

- конспектирование;

- составление плана учебного текста;
- аннотирование;
- выделение проблемы и нахождение путей её решения;
- самостоятельная постановка проблемы и нахождение в тексте путей её решения;
- определение алгоритма практических действий (план, схема).

Подготовка доклада.

Доклад - это сообщение по заданной теме, с целью внести знания из дополнительной литературы, систематизировать материал, проиллюстрировать примерами, развить навыки самостоятельной работы с научной литературой, познавательный интерес к научному познанию.

Тема доклада должна быть согласована с преподавателем и соответствовать теме занятия. Необходимо соблюдать регламент, оговоренный при получении задания. Иллюстрации должны быть достаточными, но не чрезмерными.

Работа студента над докладом включает отработку навыков ораторства и умения организовать и проводить диспут. Студент в ходе работы по презентации доклада отрабатывает умение ориентироваться в материале и отвечать на дополнительные вопросы слушателей, отрабатывает умение самостоятельно обобщить материал и сделать выводы в заключении.

Студент обязан подготовить и выступить с докладом в строго отведенное время преподавателем, и в срок.

Подготовка мультимедиа-презентации.

Презентация – это устный доклад студента на определенную тематику, сопровождаемый мультимедийной компьютерной презентацией. Компьютерная презентация - мультимедийный инструмент, используемый в ходе докладов или сообщений для повышения выразительности выступления, более убедительной и наглядной иллюстрации описываемых фактов и явлений. Компьютерная презентация создается в программе Microsoft Power Point. Особое внимание при подготовке презентации необходимо уделить тому, что центром внимания во время презентации должен стать сам докладчик и его речь, а не надписи мелким шрифтом на слайдах. Если весь процесс работы над презентацией выстроить хронологически, то начинается он с четко разработанного плана, далее переходит на стадию отбора содержания и создания презентации, затем наступает заключительный, но самый важный этап – непосредственное публичное выступление.

Студенту, опираясь на план выступления необходимо определить около 10 главных идей, выводов по выбранной теме, которые следует донести до слушателей, и на их основании составить компьютерную презентацию.

Дополнительная информация, если таковая имеет место быть, должна быть размещена в раздаточном материале или просто озвучена, но не включена в компьютерную презентацию.

После подборки информации студенту следует систематизировать материал.

Элементами, дополняющими содержание презентации, являются:

1. Иллюстративный ряд. Иллюстрации типа «картинка», фотоиллюстрации, схемы, картины, графики, таблицы, диаграммы, видеоролики.
2. Звуковой ряд. Музыкальное или речевое сопровождение, звуковые эффекты.
3. Анимационный ряд.
4. Цветовая гамма. Общий тон и цветные заставки, иллюстрации, линии должны сочетаться между собой и не противоречить смыслу и настроению презентации.
5. Шрифтовой ряд. Выбирать шрифты желательно, не увлекаясь их затейливостью и разнообразием. Выбранные шрифты должны легко восприниматься на первый взгляд.
6. Специальные эффекты. Важно, чтобы в презентации они не отвлекали внимание на себя, а лишь усиливали главное.

Правила организации материала в презентации:

1. Главную информацию — в начало.

2. Тезис слайда — в заголовок.

3. Анимация — не развлечение, а метод передачи информации, с помощью которого можно привлечь и удержать внимание слушателей.

Компьютерная презентация должна состоять не более чем из 10-15 слайдов.

Время на выступление составляет 15 минут.

Разработчик/группа разработчиков:  
Маргарита Юрьевна Плотникова

**Типовая программа утверждена**

Согласована с выпускающей кафедрой  
Заведующий кафедрой

\_\_\_\_\_ «\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.