

ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
ФИЛОЛОГИЧЕСКИЙ ФАКУЛЬТЕТ
КАФЕДРА ПСИХОЛОГИИ



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по научно-методической
и учебной работе

Е.И. Скафа Е.И. Скафа

апреля 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
«ПСИХО-СОЦИАЛЬНАЯ ПОМОЩЬ В ТРУДНЫХ
ЖИЗНЕННЫХ СИТУАЦИЯХ»

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое
образование

Профиль подготовки:

Образовательная программа: бакалавриат

Квалификация: академический бакалавр

Форма обучения: очная, очно-заочная, заочная, в том
числе с ускоренным сроком обучения

Донецк 2020

УТВЕРЖДАЮ:

И.о. декана филологического факультета

Д.П. Квашина

«22» апреля 2020 г.

МП

Программа учебной дисциплины «Психо-социальная помощь в трудных жизненных ситуациях» составлена на основании Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования (ГОС ВПО) Донецкой Народной Республики (ДНР) по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование утвержденного приказом Министерства образования и науки ДНР № 591 от «02» июня 2016 г.; Порядка организации учебного процесса в образовательных организациях высшего профессионального образования Донецкой Народной Республики, утвержденного приказом Министерства образования и науки ДНР № 1171 от «10» ноября 2017 г.; учебного плана и основной образовательной программы высшего профессионального образования направления подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (формы обучения: очная и заочная), разработанных в ГОУ ВПО «Донецкий национальный университет».

Разработчик:

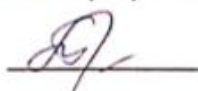
*старший преподаватель кафедры
психологии ДонНУ*



И.С. Гомозова

Программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры психологии ДонНУ
Протокол № 10 от «16» апреля 2020 г.

Заведующий кафедрой



А.В. Гордеева

Программа учебной дисциплины одобрена учебно-методической комиссией
филологического факультета Протокол № 9 от «20» апреля 2020 г.

Председатель учебно-методической
комиссии факультета



Н. А. Шокотко

1. ОБЛАСТЬ ПРИМЕНЕНИЯ И МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В УЧЕБНОМ ПРОЦЕССЕ

Учебная дисциплина «Психо-социальная помощь в трудных жизненных ситуациях» является дисциплиной вариативной части профессионального блока образовательной программы по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование и состоит из 4 модулей.

Данный курс содержательно взаимосвязан с предметной областью таких общих гуманитарных дисциплин как «Общая психология», «Возрастная психология», «Психология стресса», «Психология личности», «Социальная психология», «Психофизиология с основами психогенетики», «Анатомия ЦНС», «Психотерапия» и др.

Таблица 1

2. СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

<i>Характеристика учебной дисциплины</i>				
Направление подготовки (специальность)	44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»			
Профиль				
Образовательная программа	бакалавриат			
Квалификация	академический бакалавр			
Количество содержательных модулей (тем)	4 (8)			
Дисциплина базовой / вариативной части образовательной программы	Дисциплина вариативной части ОП, профессиональный блок			
Формы контроля	<i>текущий (модульный контроль) и промежуточная аттестация (зачёт)</i>			
Показатели	очная форма обучения		заочная форма обучения	
	нормат. срок	ускор. срок	нормат. срок	ускор. срок
Количество зачетных единиц (кредитов)	4	4	4	4
Год подготовки	3	2	3	2
Семестр	6	4		
Количество часов	144	144	144	144
- лекционных	28	28	4	4
- практических, семинарских	28	28	6	6
- лабораторных				
- самостоятельной работы	88	88	134	134
в т.ч. индивидуальное задание				
Недельное количество часов, т.ч.				
аудиторных	4	4		

ОСО – общее среднее образование

СПО – среднее профессиональное образование

ВПО – высшее профессиональное образование

3. ОПИСАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Цели и задачи

Цель: сформировать у студентов представления о фундаментальных и прикладных исследованиях в области психологии кризисных ситуаций и состояний, возможностях функциональных состояний и адаптивных ресурсах человека; обучение студентов эффективным методам психологической диагностики и коррекции кризисных состояний, обучение умениям и навыкам экстренного психологического реагирования и посткризисной психологической поддержки.

Задачи:

- сформировать научно-теоретические знания психологических теорий ситуации;
- ознакомить обучающихся с общими представлениями о психологии кризисных и экстремальных ситуаций;
- изучить особенности эмоциональных состояний в кризисных и экстремальных ситуациях;
- исследовать методы диагностики кризисных состояний личности;
- сформировать общие представления о психологической помощи личности в кризисных и экстремальных ситуациях и состояниях;
- формирование профессионального мышления психолога.

Требования к результатам освоения дисциплины: Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ГОС ВПО по данному направлению подготовки:

а) общекультурных (ОК): ОК-1, ОК-4, ОК-5, ОК-6, ОК-9;

б) общепрофессиональных (ОПК): ОПК-1, ОПК-4, ОПК-5, ОПК-6, ОПК-10, ОПК-11, ОПК-12, ОПК-13;

в) профессиональных (ПК): ПК-1, ПК-2, ПК-3, ПК-4, ПК-5, ПК-6, ПК-7, ПК-10, ПК-11.

В результате изучения учебной дисциплины студент должен
знать:

- исторические основания возникновения и развития ситуационистского подхода в социальной психологии и методологические проблемы его анализа;
- основные современные теории кризисных и экстремальных ситуаций (отечественные и зарубежные подходы);
- основные понятия и их взаимосвязь (стрессовая, напряженная, экстремальная ситуация);
- типы напряженных, кризисных и экстремальных ситуаций; закономерности поведения человека в кризисных и экстремальной ситуациях, ситуационные и личностные факторы как детерминанты поведения в кризисных ситуациях;
- особенности субъективных интерпретаций ситуации и их влияние на здоровье человека;
- основные состояния личности в кризисных и экстремальной ситуации;
- методы и методики диагностики состояний личности в кризисных и экстремальной ситуации;
- адаптационные реакции организма на кризисную и экстремальную ситуацию
- способы преодоления трудных ситуаций;
- способы оказания психологической помощи людям, подвергшимся воздействию кризисных и экстремальных ситуаций.

уметь:

- использовать основные современные теории кризисных и экстремальных ситуаций в прикладном аспекте;
- использовать основные исследовательские методы с целью анализа специфики ситуации и особенностей ее влияния на жизнедеятельность личности;
- ориентироваться в различных типах кризисных и экстремальных ситуаций и формах поведения людей в этих ситуациях;
- вычленять закономерности поведения человека в кризисных и экстремальной ситуации, ситуационные и личностные факторы как детерминанты поведения;
- определять особенности субъективных интерпретаций ситуации и их влияние на здоровье человека;
- идентифицировать состояние личности в кризисной и экстремальной ситуациях;
- ориентироваться в методах диагностики психических состояний, поведения человека в кризисных и экстремальных ситуациях;
- оказать психологическую помощь людям, подвергшимся воздействию кризисных и экстремальных ситуаций.

владеть:

- принципами историко-научного, методологического анализа научных психологических теорий ситуации и их понятийным и категориальным аппаратом;
- методологией системного анализа кризисной и экстремальной ситуации с целью выявления ее вида и влияния на поведение;
- навыками использования в профессиональной деятельности базовых знаний в области психологии кризисных и экстремальных ситуаций в современной психологии;
- навыками идентификации состояний личности в кризисных и экстремальной ситуациях;
- методами и методиками диагностики психических состояний личности в кризисных и экстремальных ситуациях;
- навыками оказания психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях различной природы (технологиями и процедурами консультирования, психотерапии, профилактики).

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ И ФОРМЫ ОРГАНИЗАЦИИ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Порядковый номер и тема	Краткое содержание темы
<i>Содержательный модуль 1</i> <i>Психология трудных жизненных ситуаций</i>	
<i>Тема 1. Трудные жизненные ситуации: психологический аспект</i>	Понятие «ситуация», «трудная жизненная ситуация», «кризисная», «экстремальная ситуация», «чрезвычайные ситуации», «катастрофы». Факторы, определяющие экстремальность ситуации. Типология экстремальных ситуаций. Подходы к экстремальным ситуациям в отечественной и зарубежной традициях.
<i>Тема 2. Личность в трудной жизненной ситуации</i>	Субъекты трудной жизненной ситуации. Проблема субъективной интерпретации экстремальной ситуации, ее влияние на поведение и последствия для здоровья. Личностные особенности как детерминанта поведения в экстремальной ситуации. Поведенческие модели в экстремальных ситуациях. Негативные и позитивные изменения психической деятельности

	личности в экстремальных ситуациях.
Содержательный модуль 2 Психология кризисных состояний	
Тема 3. Кризисные состояния личности	Характеристика психических состояний. Типичные эмоциональные состояния личности в экстремальной ситуации. Психология стресса. Стрессоустойчивость личности. Адаптация как обратная сторона стресса.
Тема 4. Диагностика кризисных состояний личности	Диагностические критерии экстремальных состояний (ПТСР и др.). Методы диагностики экстремальных состояний. Методики диагностики экстремальных состояний.
Содержательный модуль 3. Пути выхода из трудных жизненных ситуаций	
Тема 5. Совладающее поведение в трудных жизненных ситуациях	Стратегии поведения личности в экстремальных ситуациях. Классификации. Ресурсный подход. Формирование безопасной среды. Влияние возраста и социальной среды на совладание с ситуацией.
Тема 6. Диагностика совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях	Методы диагностики совладающего поведения в экстремальных ситуациях.
Содержательный модуль 4. Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях	
Тема 7. Самопомощь личности в трудной жизненной ситуации	Самоеффективность и самодетерминация поведения в экстремальных ситуациях. Эффекты реального и воспринимаемого контроля над ситуацией и их опосредование физиологическими факторами.
Тема 8. Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях различной природы	Экстренная психологическая помощь в экстремальной ситуации. Общие принципы оказания первой психологической помощи в экстремальной ситуации. Правила оказания психологической помощи пострадавшим. Консультирование личности в экстремальной ситуации и состоянии (консультирование жертв насилия; суицидальных клиентов; консультирование клиента, пережившего утрату).

Тематический план

	Содержательный модуль 1 <i>Психология трудных жизненных ситуаций</i>																												
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов																												
	Очная форма обучения												Заочная форма обучения																
	Нормативный срок обучения						Ускоренный срок обучения						Нормативный срок обучения						Ускоренный срок обучения										
	всего	В Т.Ч.					всего	В Т.Ч.					всего	В Т.Ч.					всего	В Т.Ч.									
		лекции	практически	лабораторн	самостоятел	ыная работа		индивидуал	ыная работа	лекции	практически	лабораторн		самостоятел	ыная работа	индивидуал	ыная работа	лекции		практически	самостоятел	ыная работа	индивидуал	ыная работа					
<i>Тема 1. Трудные жизненные ситуации: психологический аспект</i>	15	2	2		11		15	2	2			11				18	1			16			18	1			16		
<i>Тема 2. Личность в трудной жизненной ситуации</i>	15	2	2		11		15	2	2			11				18		1		16			18		1		16		
<i>Итого по содержательному модулю 1</i>	30	4	4		22		30	4	4			22				36	1	1		32			36	1	1		32		

Содержательный модуль 2 Психология кризисных состояний																						
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов																					
	Очная форма обучения											Заочная форма обучения										
	Нормативный срок обучения						Ускоренный срок обучения					Нормативный срок обучения						Ускоренный срок обучения				
	всего	в т.ч.					всего	в т.ч.				всего	в т.ч.					всего	в т.ч.			
		лекции	практические лабораторны	самостоятель ная работа	индивидуаль ная работа	лекции		практические лабораторны	самостоятель ная работа	индивидуаль ная работа	лекции		практические лабораторны	самостоятель ная работа	индивидуаль ная работа	лекции	практические лабораторны		самостоятель ная работа	индивидуаль ная работа		
Тема 3. Кризисные состояния личности	19	4	4		11		19	4	4		11		18	1	1		16		18	1	1	16
Тема 4. Диагностика кризисных состояний личности	19	4	4		11		19	4	4		11		18		1		16		18		1	16
Итого по содержательному модулю 2	38	8	8		22		38	8	8		22		36	1	2		32		36	1	2	32

	Содержательный модуль 3 Пути выхода из трудных жизненных ситуаций																						
Названия содержательных модулей и тем	Количество часов																						
	Очная форма обучения											Заочная форма обучения											
	Нормативный срок обучения						Ускоренный срок обучения					Нормативный срок обучения						Ускоренный срок обучения					
	всего	в т.ч.					всего	в т.ч.				всего	в т.ч.					всего	в т.ч.				
		лекции	практические	лабораторные	самостоятельн ая работа	индивидуальн ая работа		лекции	практические	лабораторные	самостоятельн ая работа		индивидуальн ая работа	лекции	практические	самостоятельн ая работа	индивидуальн ая работа						
Тема 5. Совладающее поведение в трудных жизненных ситуациях	19	4	4		11		19	4	4		11		18	1	1		16		18	1	1	16	
Тема 6. Диагностика совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях	19	4	4		11		19	4	4		11		18		1		18		18		1	18	
Итого по содержательному модулю 3	38	8	8		22		38	8	8		22		36	1	2		34		36	1	2	34	

Названия содержательных модулей и тем	кательный модуль 4 <i>Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях</i>																			
	Количество часов																			
	Очная форма обучения										Заочная форма обучения									
	Нормативный срок обучения					Ускоренный срок обучения					Нормативный срок обучения					Ускоренный срок обучения				
	всего	в т.ч.				всего	в т.ч.				всего	в т.ч.				всего	в т.ч.			
		лекции	практически е	лабораторны	самостоятел ьяная работа индивидуаль		лекции	практически е	лабораторны	самостоятел ьяная работа индивидуаль		лекции	практически е	лабораторны	самостоятел ьяная работа индивидуаль		лекции	практически е	самостоятел ьяная работа индивидуаль	
<i>Тема 7. Самопомощь личности в трудной жизненной ситуации</i>	19	4	4		11	19	4	4		11	17	1			18	17	1		18	
<i>Тема 8. Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях различной природы</i>	19	4	4		11	19	4	4		11	19		1		18	19		1	18	
<i>Итого по содержательному модулю 4</i>	38	8	8		22	38	8	8		22	36	1	1		36	36	1	1	36	
<i>Итого по дисциплине:</i>	144	32	32		88	144	32	32		88	144	4	6		130	144	4	6	130	

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ЛЕКЦИОННЫХ, ПРАКТИЧЕСКИХ И ЛАБОРАТОРНЫХ ЗАНЯТИЙ

Темы лекционных занятий

№ п/п	Название темы	Количество часов	
		ОФО	ЗФО
1	Тема 1. Трудные жизненные ситуации: психологический аспект	2	1
2	Тема 2. Личность в трудной жизненной ситуации	2	
3	Тема 3. Кризисные состояния личности	4	1
4	Тема 4. Диагностика кризисных состояний личности	4	
5	Тема 5. Совладающее поведение в трудных жизненных ситуациях	4	1
6	Тема 6. Диагностика совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях	4	
7	Тема 7. Самопомощь личности в трудной жизненной ситуации	4	1
8	Тема 8. Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях различной природы	4	
	ВСЕГО	28	4

Темы практических (семинарских) занятий

№ п/п	Название темы	Количество часов	
		ОФО	ЗФО
1	Тема 1. Трудные жизненные ситуации: психологический аспект	2	
2	Тема 2. Личность в трудной жизненной ситуации	2	1
3	Тема 3. Кризисные состояния личности	4	1
4	Тема 4. Диагностика кризисных состояний личности	4	1
5	Тема 5. Совладающее поведение в трудных жизненных ситуациях	4	1
6	Тема 6. Диагностика совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях	4	1
7	Тема 7. Самопомощь личности в трудной жизненной ситуации	4	
8	Тема 8. Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях различной природы	4	1
	ВСЕГО	28	6

Семинар № 1. Тема: Трудная жизненная ситуация: психологический аспект

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие «ситуация», «трудная жизненная ситуация», «кризисная», «экстремальная ситуация», «чрезвычайные ситуации», «катастрофы».
2. Факторы, определяющие экстремальность ситуации.
3. Типология экстремальных ситуаций.
4. Подходы к экстремальным ситуациям в отечественной и зарубежной традициях.

Задания для самостоятельной работы:

1. Насилие над человеком, его последствия.
2. Психология утраты.
3. Психология терроризма.
4. Война: психологический анализ.

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г.С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А.Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2007. – 336 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л.Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т.Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

Семинар № 2. Тема: Личность в трудной жизненной ситуации**Вопросы для обсуждения:**

1. Субъекты трудной жизненной ситуации.
2. Проблема субъективной интерпретации экстремальной ситуации, ее влияние на поведение и последствия для здоровья.
3. Личностные особенности как детерминанта поведения в экстремальной ситуации.
4. Поведенческие модели в экстремальных ситуациях.
5. Негативные и позитивные изменения психической деятельности личности в экстремальных ситуациях.

Задания для самостоятельной работы:

1. Психическая травма личности, ее последствия.
2. Специфика существования личности в экстремальных ситуациях с позиций разных направлений.
3. Степень психологической готовности к экстремальным ситуациям.
4. Психологические ресурсы личности в экстремальных ситуациях.
5. Механизмы психологической защиты.

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2007. – 336 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>

6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т. Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

Семинар № 3. Тема: Кризисные состояния личности

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика психических состояний.
2. Типичные эмоциональные состояния личности в экстремальной ситуации.
3. Психология стресса.
4. Стрессоустойчивость личности.
5. Адаптация как обратная сторона стресса.

Задания для самостоятельной работы:

1. Экстремальные состояния личности.
2. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).
3. Модели ПТСР.
4. Психосоматические расстройства при экстремальных ситуациях.

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма «Класс», 2007. – 336 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т. Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

Семинар № 4. Тема: Диагностика кризисных состояний личности

Вопросы для обсуждения:

1. Диагностические критерии экстремальных состояний (ПТСР и др.).
2. Методы диагностики экстремальных состояний.
3. Методики диагностики экстремальных состояний.

Задания для самостоятельной работы:

1. Тест тематической апперцепции (ТАТ).
2. Метод незаконченных предложений.
3. «Дом. Дерево. Человек».
4. «Рисунок семьи».
5. «Рисунок несуществующего животного».
6. Восьмицветовой тест М. Люшера и др.

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма «Класс», 2007. – 336 с.

3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т.Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

Семинар № 5. Тема: Совладающее поведение в трудных жизненных ситуациях

Вопросы для обсуждения:

1. Стратегии поведения личности в экстремальных ситуациях.
2. Классификации.
3. Ресурсный подход.
4. Формирование безопасной среды.
5. Влияние возраста и социальной среды на совладание с ситуацией.

Задания для самостоятельной работы:

1. Конструктивные и деструктивные способы выхода из экстремальных ситуаций.
2. Суицидальное поведение, алкоголизм и наркомания как деструктивные способы выхода личности из экстремальных ситуаций.

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2007. – 336 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т.Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

Семинар № 6. Тема: Диагностика совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях

Вопросы для обсуждения:

1. Методы диагностики совладающего поведения в экстремальных ситуациях.

Задания для самостоятельной работы:

2. Методики диагностики совладающего поведения в экстремальных ситуациях.

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2007. – 336 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т. Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

Семинар № 7. Тема: Самопомощь личности в трудных жизненных ситуациях

Вопросы для обсуждения:

1. Самоэффективность и самодетерминация поведения в экстремальных ситуациях.
2. Эффекты реального и воспринимаемого контроля над ситуацией и их опосредование физиологическими факторами.

Задания для самостоятельной работы:

1. Воспитание с раннего возраста фрустрационной толерантности к негативным событиям (Ротенберг В.С., Аршавский В.В.).

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2007. – 336 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т. Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

Семинар № 8. Тема: Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях различной природы

Вопросы для обсуждения:

1. Экстренная психологическая помощь в экстремальной ситуации.
2. Общие принципы оказания первой психологической помощи в экстремальной ситуации.
3. Правила оказания психологической помощи пострадавшим.

4. Консультирование личности в экстремальной ситуации и состоянии (консультирование жертв насилия; суицидальных клиентов; консультирование клиента, пережившего утрату).

Задания для самостоятельной работы:

1. Техники экстремальной помощи.
2. Психологический дебрифинг.
3. Психологическая помощь при страхе, тревоги, плаче, истерике, апатии и т.д.
4. Психотерапия ПТСР. Общие подходы.
5. Тренинги. Психологическое просвещение.
6. Профилактика экстремальных состояний.

Литература:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2007. – 336 с.
3. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
4. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
5. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
6. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
7. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т. Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

Самостоятельная работа студентов по изучению дисциплины «Психо-социальная помощь в трудных жизненных ситуациях» предусматривает выполнение коллективных и индивидуальных заданий.

Коллективные задания для самостоятельной работы выполняются всеми студентами и предусматривают обобщение учебного материала по отдельным вопросам курса (по отдельным темам) в виде опорного конспекта. Выполнение этих заданий контролируется преподавателем во время проведения практических и семинарских занятий путем тестирования, участия в дискуссии, выполнения ситуационных заданий и тому подобное, а также при проведении текущего контроля знаний по дисциплине.

Самостоятельная внеаудиторная работа студента предусматривает выполнение индивидуальных заданий – проработка периодических изданий, обработка законодательной и нормативной базы, работа со статистическими материалами, самотестирование, подготовка реферата с его следующей презентацией в аудитории с целью закрепления, углубления и обобщения знаний, полученных студентами во время обучения.

В случае необходимости студенты могут обращаться за консультацией преподавателя согласно графика консультаций, утвержденного кафедрой.

Организация самостоятельной работы студентов

№ n/n	Название темы	Количество часов	
		ОФО	ЗФО
1	Тема 1. Трудные жизненные ситуации: психологический аспект	11	16
2	Тема 2. Личность в трудной жизненной ситуации	11	16
3	Тема 3. Кризисные состояния личности	11	16
4	Тема 4. Диагностика кризисных состояний личности	11	16
5	Тема 5. Совладающее поведение в трудных жизненных ситуациях	11	16
6	Тема 6. Диагностика совладающего поведения в трудных жизненных ситуациях	11	18
7	Тема 7. Самопомощь личности в трудной жизненной ситуации	11	18
8	Тема 8. Психологическая помощь личности в трудных жизненных ситуациях различной природы	11	18
	ВСЕГО	88	134

7. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ЗАДАНИЯ

Вариант № 1.

Психологическое понятие кризисной и экстремальной ситуации.

Психология экстремальных ситуаций и состояний как новейшее направление в социальной психологии.

Вариант № 2.

Методологические проблемы анализа трудных жизненных ситуаций и состояний.

Природа посттравматического стресса.

Вариант № 3.

Проблема совладающего поведения в экстремальных ситуациях.

Типы совладающего поведения как специальные способности преодоления экстремальных ситуаций.

Вариант № 4.

Ситуационные и личностные факторы как мощные детерминанты человеческого поведения в экстремальной ситуации.

Эмпирические исследования влияния ситуации на поведение в контексте различных исследовательских подходов.

Вариант № 5.

Проблема субъективной интерпретации ситуации в зарубежной психологии.

Отечественные разработки теории ситуации.

Вариант № 6.

Самоэффективность и самодетерминация поведения в ситуационном подходе.

Проблема выбора методов исследования в психологии экстремальных ситуаций.

Вариант № 7.

Типология экстремальных ситуаций и методологические проблемы их анализа.

Экстремальные состояния: психологический анализ.

Вариант № 8.

Психодиагностическое обеспечение деятельности специалистов в экстремальных ситуациях.

Влияние индивидуального и группового стресса на совместную деятельность.

Вариант № 9.

Негативные и позитивные изменения психической деятельности в экстремальных ситуациях.

Резервы психической саморегуляции в экстремальных ситуациях.

Вариант № 10.

Оказание психологической помощи пострадавшим в экстремальной ситуации.

Индивидуальные различия в реагировании на экстремальную ситуацию.

8. КОНТРОЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ К ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Модуль 1

1. Понятие «ситуация», «кризисная ситуация», «экстремальная ситуация», «чрезвычайные ситуации», «катастрофы». Факторы, определяющие экстремальность ситуации.
2. Классификация экстремальных ситуаций.
3. Исследования экстремальных ситуаций в зарубежной психологии.
4. Подходы к исследованию экстремальных ситуаций в рамках отечественной традиции.
5. Насилие над человеком (эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное). Последствия насилия (нарушения физического и психического развития; заболевания как следствие насилия).

Модуль 2

6. Утрата. Горе утраты как процесс. Стадии и задачи горевания. Потеря близкого человека.
7. Семейный кризис и развод как утрата семьи.
8. Болезнь как потеря (утрата) здоровья.
9. Потеря работы как утрата.
10. Психология терроризма. Определение террора. Психологическая структура террористической деятельности. Социальные и личностные детерминанты террористического поведения. Особенности личности террористов. Психология ведения переговоров с террористами, захватившими заложников.
11. Война: психологический анализ.

Модуль 3

12. Субъекты экстремальной ситуации. Личностные особенности как детерминанта поведения в экстремальной ситуации.
13. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Проблема субъективной интерпретации экстремальной ситуации, ее влияние на поведение и последствия для здоровья.
14. Психическая травма личности.
15. Специфика существования личности в экстремальных ситуациях с позиций зарубежных подходов (бихевиористское, психоаналитическое, гуманистическое, экзистенциальное, когнитивное направления).
16. Личность в экстремальных ситуациях с позиции отечественных традиций (С.Л. Рубинштейн, Ф.Е. Василюк, Л.Ф. Бурлачук и др.).
17. Экстремальные состояния личности.
18. Диагностические критерии экстремальных состояний (ПТСР и др.). Методы и методики диагностики экстремальных состояний.

Модуль 4

19. Психология стресса. Стрессоустойчивость личности.
20. Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Модели ПТСР.
21. Психосоматические расстройства при экстремальных ситуациях.
22. Стратегии поведения личности в экстремальных ситуациях: отечественные и зарубежные традиции.
23. Конструктивные способы выхода из экстремальных ситуаций.
24. Деструктивные способы выхода из экстремальных ситуаций (суицид, алкоголизм, наркомания и т.п.).
25. Суицидальное поведение. Факторы суицидального риска. Индикаторы суицидального риска.
26. Алкоголизм и наркомания как деструктивные способы выхода личности из экстремальных ситуаций.
27. Методы и методики диагностики совладающего поведения в экстремальных ситуациях.
28. Самоэффективность и самодетерминация поведения в экстремальных ситуациях. Самопомощь и самопонимание в трудных ситуациях.
29. Воспитание с раннего возраста фрустрационной толерантности к негативным событиям (Ротенберг В.С., Аршавский В.В.).
30. Экстренная психологическая помощь в экстремальной ситуации.
31. Консультирование личности в экстремальной ситуации и состоянии (консультирование жертв насилия; суицидальных клиентов; консультирование клиента, пережившего утрату): специфика и особенности.
32. Техники экстренной помощи при экстремальных ситуациях и состояниях.
33. Психологический дебрифинг.
34. Психотерапия кризисных состояний: основные подходы.
35. Тренинги как метод работы в экстремальной ситуации и с экстремальным состоянием.
36. Психологическое просвещение в экстремальной ситуации.

9. ОБРАЗЕЦ МОДУЛЬНОГО КОНТРОЛЯ

ГОУ ВПО «ДОНЕЦКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет психологии

Направление подготовки: 44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Профиль:

Программа подготовки: **бакалавриат**

Семестр **6**

Учебная дисциплина **Психо-социальная помощь в трудных жизненных ситуациях**

МОДУЛЬНАЯ КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

ВАРИАНТ №1

1. Факторы, определяющие экстремальность ситуации.

2. Утрата. Горе утраты как процесс. Стадии и задачи горевания.

Утверждено на заседании кафедры _____,
протокол № ____ от «__» _____ 20__ г.

Заведующий кафедрой
Преподаватель

Критерии оценивания модульного контроля

<i>Номер задания</i>	<i>Количество баллов</i>
1	15
2	15
Всего	30

10. КРИТЕРИИ ОЦЕНИВАНИЯ

По курсу предполагается проведение промежуточной аттестации в виде модульного контроля, выполнения индивидуальных заданий.

Распределение баллов, которые могут получить студенты в процессе изучения дисциплины

Организационно-учебная работа студента	СРС			Всего
	Индивидуальная работа	Модульный контроль	Индивидуальная творческая работа	
Мах 16 баллов	мах 38 баллов	мах 30 баллов	мах 16 баллов	100 баллов
Ведение конспекта, выполнение практических заданий	Написание рефератов, докладов, заданий		разработка доклада на студенческую научную конференцию	

Распределение баллов за организационно-учебную работу

Содержательный модуль 1		Содержательный модуль 2		Содержательный модуль 3		Содержательный модуль 4		Σ
Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6	Тема 7	Тема 8	
2	2	2	2	2	2	2	2	16

Шкала оценивания: национальная и ECTS

Оценка по шкале ECTS	Оценка по 100-балльной шкале	Оценка по государственной шкале (экзамен, дифференцированный зачет)	Оценка по государственной шкале (зачет)
A	90-100	5 (отлично)	зачтено
B	80-89	4 (хорошо)	зачтено
C	75-79	4 (хорошо)	зачтено
D	70-74	3 (удовлетворительно)	зачтено
E	60-69	3 (удовлетворительно)	зачтено
FX	35-59	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи	не зачтено
F	0-34	2 (неудовлетворительно) с возможностью повторной сдачи при условии обязательного набора дополнительных баллов	не зачтено

Знание теоретической части курса оценивается с точностью до 5 баллов по следующим критериям:

1. Студент получает 75-100% баллов от максимального, если показал

- глубокие и полные ответы на теоретические вопросы; глубокое понимание сущности проблемы;
 - умение проводить логические рассуждения и обобщения и сопровождать их соответствующими доказательствами;
2. Студент получает 60-74% баллов от максимального, если показал
- глубокие и полные ответы на теоретические вопросы с незначительными погрешностями, затем исправленными самим студентом; понимание физической сущности рассматриваемых проблем;
 - умение логически рассуждать и проводить доказательства;
3. Студент получает 35-59% баллов от максимального, если показал
- при ответе на теоретические вопросы ряд неточностей, которые студент не в состоянии самостоятельно исправить;
4. Студент получает 0-34% баллов от максимального, если
- не выполнены требования, изложенные в предыдущих пунктах;
 - нет ответов на теоретические вопросы.

11. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Средства обеспечения освоения дисциплины

1. Методические указания;
2. Материалы по видам занятий;
3. Программное обеспечение современных информационно-коммуникационных технологий (по видам занятий)

12. РЕКОМЕНДОВАННАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная литература

№ п/п	Наименование	К-во
1	Гримак, Л. П. Резервы человеческой психики : Введ. в психологию активности / Л. П. Гримак. - М. : Политиздат, 1987. - 286 с.	2
2	Гримак, Л. П. Резервы человеческой психики : Введ. в психологию активности / Л. П. Гримак. - 2-е изд. - М. : Политиздат, 1989. - 318 с.	3
3	"Донецкие чтения 2016. Образование, наука и вызовы современности", международная научная конференция (1 ; 2016 ; Донецк). Донецкие чтения 2016. Образование, наука и вызовы современности [Электронный ресурс] : материалы конференции ..., 16-18 мая 2016. Т. 6 : Психологические и педагогические науки / [редкол.: С. В. Беспалова (гл. ред.) и др.] ; ГОУ ВПО "Донецкий нац. ун-т" ; Ассоциация юрид. вузов России ; Международная славянская академия наук, образования, искусств и культуры ; [под общ. ред. С. В. Беспаловой]. - Ростов-на-Дону : Изд-во Южного федерального университета, 2016. - электронные данные (1 файл).	1
4	"Донецкие чтения 2016. Образование, наука и вызовы современности", Международная научная конференция (1 ; 2016 ; Донецк). Донецкие чтения 2016. Образование, наука и вызовы современности [Текст] : материалы конференции ..., 16-18 мая 2016. Т. 6 : Психологические и педагогические науки / [под общ. ред. С. В. Беспаловой] ; Донецкий национальный университет ; Международная славянская академия наук, образования, искусств и культуры. - Ростов-на-Дону : Изд-во Южного федерального университета, 2016. - 399 с.	4

5	"Донецкие чтения 2017: Русский мир как цивилизационная основа научно-образовательного и культурного развития Донбасса", Международная научная конференция студентов и молодых ученых (2017 ; Донецк). Донецкие чтения 2017: Русский мир как цивилизационная основа научно-образовательного и культурного развития Донбасса [Текст] : материалы конференции ... : 17-20 октября 2017 г. : в 7 т. Т. 6 : Психолого-педагогические науки / [под общ. ред. С. В. Беспаловой] ; ГОУ ВПО "Донецкий национальный университет" ; Фонд "Русский мир". - Донецк : ДонНУ, 2017. - 317 с.	2
6	Кацero, А. А. Современные проблемы психологии труда и его безопасности [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / А. А. Кацero ; Донецкий нац. ун-т. - Донецк : ДонНУ, 2016. - Электронные данные (1 файл).	1
7	Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса / Л. А. Китаев-Смык ; Отв. ред. В. А. Попов ; Акад. наук СССР ; Ин-т психологии. - М. : Наука, 1983. - 368 с.	3
8	Лебедев, В. И. Личность в экстремальных условиях / В. И. Лебедев. - М. : Политиздат, 1989. - 303,[1] с.	1
9	Либин, А. В. Дифференциальная психология : на пересечении европ., рос. и амер. традиций / А. В. Либин. - М. : Смысл, 1999. - 544 с.	2
10	Личностные и ситуационные детерминанты поведения и деятельности человека [Электронный ресурс] : монография / под общ. ред. А. В. Гордеевой, А. А. Кацero, М. И. Яновского ; ГОУ ВПО Донецкий национальный университет. - Ростов-на-Дону : ЮФУ, 2017. - Электронные данные (1 файл).	1
11	Лупьян, Ян А. Барьеры общения, конфликты, стресс... / Я. А. Лупьян. - Минск : Вышэйш. шк., 1986. - 206 с.	2
12	Малкина-Пых, И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И. Г. Малкина-Пых. - Москва : Эксмо, 2010. - 926 с.	1
13	Малкина-Пых, И. Г. Экстремальные ситуации : Справ. практ. психолога / И. Г. Малкина-Пых. - М. : ЭКСМО, 2005. - 959 с.	1
14	Основы психологии безопасности [Электронный ресурс] : учебное пособие / составитель Э.А. Ангелина ; ГОУ ВПО "Донецкий национальный университет", Филологический факультет, Кафедра психологии. - Донецк : ДонНУ, 2019. - Электронные текстовые данные (1 файл).	1
15	Принцип системности в психологических исследованиях : [Сб. ст.] / Отв. ред. Д.Н. Завалишина, В.А. Барабанщиков ; Акад. наук СССР ; Ин-т психологии. - М. : Наука, 1990. - 182, [2] с.	2
16	Психологическая безопасность личности [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / составитель Э.А. Ангелина ; ГОУ ВПО "Донецкий национальный университет", Филологический факультет, Кафедра психологии. - Донецк : ДонНУ, 2019. - Электронные текстовые данные (1 файл).	1
17	Психологические проблемы деятельности в особых условиях : сб. тр. / отв. ред. Б. Ф. Ломов, Ю. М. Забродин ; АН СССР, Ин-т психологии. - Москва : Наука, 1985. - 232 с.	1
18	Росс, Ли. Человек и ситуация : Уроки социал. психологии / Л. Росс, Р. Нисберт ; Пер. с англ. В. В. Румынского ; Науч. ред. пер. Е. Н. Емельянов, В. С. Магун ; Ин-т "Открытое о-во". - М. : Аспект, 1999. - 432 с.	2
19	Самоукина, Н. В. Карьера без стресса / Наталья Самоукина. - СПб. и др. : Питер : Питер Принт, 2003. - 251 с.	1

20	Спивак, Д. Л. Лингвистика измененных состояний сознания : [монография] / Д. Л. Спивак ; отв. ред. В. И. Медведев ; АН СССР и АМН СССР, Науч. Совет по физиологии человека, Ин-т эволюц. физиологии и биохимии. - Ленинград : Наука, 1986. - 92 с.	1
21	Теплов, Б. М. Психология и психофизиология индивидуальных различий / Б. М. Теплов ; Под ред. М. Г. Ярошевского ; Акад. пед. и социал. наук ; Моск. психол.-социал. ин-т. - М. : Ин-т практ. психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1998. - 544 с.	1
22	Шапарь, В. Б. Психология кризисных ситуаций / В. Б. Шапарь. - Ростов- на-Дону : Феникс, 2008. - 453 с.	1

Дополнительная литература

Печатный ресурс:

1. Абрамова, Г. С. Практическая психология Учебник для студентов вузов. / Г. С. Абрамова. – М. : Академический Проект, 2005. – 480 с.
2. Бондаренко, А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика. / А. Ф. Бондаренко. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2007. – 336 с.
3. Китаев-Смык Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса. / Л. А. Китаев-Смык. – М. : Академический проект, 2011. – 943 с.
4. Соколова, Е. Т. Психотерапия: теория и практика: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Е. Т. Соколова. – М.: Издательский центр «Академия», 2009. – 368 с.
5. Андреева Г.М. Социальная психология: учебник для вузов / Г.М. Андреева. – М. : Аспект Пресс, 2012. – 363 с.
6. Ефимова Н.С. Основы психологической безопасности: учеб. пособ. /Н.С. Ефимова. – М.: ИД «ФОРУМ»: ИНФРА-М, 2013. – 192 с.
7. Журавлев А.Л. Социальная психология: учеб. пособ. /А.Л. Журавлев, В.А. Соснин, М.А. Красников. – М.: ФОРУМ, 2011. – 496 с.
8. Крысько В.Г. Социальная психология: курс лекций: учеб. пособ. /В.Г. Крысько. – М. : Вузовский учебник, ИНФРА-М, 2014. – 256 с.
9. Психологическое консультирование. Практическое руководство /ред.-сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: ИД БАХРАХ-М, 2014. – 824 с.
10. Шуванов, И.Б. Теоретические основы психологии безопасности в экстремальных ситуациях: учебное пособие /И.Б. Шуванов, В.И. Шаповалов. – Сочи: РИЦ ФГБОУ ВПО «СГУ», 2013. – 189 с.

Электронный ресурс:

1. Бурлачук, Л. Ф. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. / Л. Ф. Бурлачук. – М. : Российское педагогическое агентство, 2010. – 263 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/XvHTQ>
2. Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / Н. Г. Осухова. – М. : Издательский центр «Академия», 2012. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/IFwV5>
3. Пергаменщик, Л. А. Кризисная психология. Учебное пособие. – Минск: Вышэйшая школа, 2013. – 288 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/3MD0b>
4. Практикум по психологии жизненных ситуаций / Под ред. Е. Ю. Коржовой. – СПб. : ООО «Фирма «Стикс», 2016. – 268 с. – Режим доступа: <http://qps.ru/ZRBfg>

13. ИНФОРМАЦИОННЫЕ РЕСУРСЫ

№ п/п	Название (адрес в Интернет)
1	Большой психологический словарь / Сост. Мещеряков Б., Зинченко В. Олма-пресс, 2004 [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://vocabulary.ru/dictionary/30/
2	Электронно-библиотечная система издательства Лань [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://e.lanbook.com/
3	Популярная электронно-библиотечная система (ЭБС) современной учебной и научной литературы. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://BOOK.ru
4	Психология [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.glossary.ru/cgi-bin/gl_paph.cgi?R4uu4Pxo)urujo9
5	PSYLIB® – Библиотека Киевского фонда содействия развитию психической культуры – Режим доступа: http://www.psylib.org.ua/
6	Куб — библиотека – Режим доступа: http://www.koob.ru/
7	Электронная библиотека Южно-Российского психологического института – Режим доступа: http://www.yrpi.ru:8001/library.html -
8	Электронная библиотека «Нестор» – Режим доступа: http://oba.wallst.ru/library.htm -
9	Российская психология. Информационно-аналитический портал – Режим доступа: http:// www.rospsy.ru-
10	Представлена литература (тексты классиков, книги по психологии) – Режим доступа: http://flogiston.ru

Рабочая программа рассмотрена и переутверждена на заседании _____
с изменениями (без изменений) на 20____ год.

Протокол № ____ от «_____» _____ 20____ г.

Заведующий кафедрой _____