

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Кислова Наталья Николаевна

Должность: Проректор по УМР и качеству образования

Дата подписания: 31.08.2025 10:00:00

Уникальный программный ключ:

52802513f5b14a975b3e9b13008093d5726b159bf6064f865ae65b96a966c035

МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

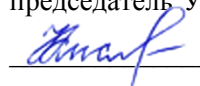
высшего образования

«Самарский государственный социально-педагогический университет»

Кафедра психологии и социальной педагогики

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по УМР и КО,
председатель УМС СГСПУ

 Н.Н. Кислова

Психологическая помощь в кризисных ситуациях

рабочая программа дисциплины (модуля)

Закреплена за кафедрой **Психологии и социальной педагогики**

Учебный план ФПСО-м26ПМв(2г5м)
Направление подготовки 37.04.01 Психология, 38.04.02 Менеджмент
Направленность (профиль): "Психология и управленческое консультирование"

Квалификация **магистр**

Форма обучения **очно-заочная**

Общая трудоемкость **2 ЗЕТ**

Часов по учебному плану 72
в том числе:

аудиторные занятия 28

самостоятельная работа 44

Виды контроля в семестрах:
профессиональный (демонстрационный)
экзамен 5

Распределение часов дисциплины по семестрам

Семестр(Курс.Номер семестра на курсе)	5(3.1)		Итого	
	УП	РПД	УП	РПД
Вид занятий				
Лекции	12	12	12	12
Практические	16	16	16	16
В том числе инт.	6	6	6	6
Итого ауд.	28	28	28	28
Контактная работа	28	28	28	28
Сам. работа	44	44	44	44
Итого	72	72	72	72

Программу составил(и):
Ихсанов Радий Фратович

При наличии обучающихся из числа лиц с ограниченными возможностями здоровья, которым необходим особый порядок освоения дисциплины (модуля), по их желанию разрабатывается адаптированная к ограничениям их здоровья рабочая программа дисциплины (модуля).

Рабочая программа дисциплины
Психологическая помощь в кризисных ситуациях

разработана в соответствии с ФГОС ВО:

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования - магистратура по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 841

Федеральный государственный образовательный стандарт высшего образования – магистратура по направлению подготовки 38.04.02 Менеджмент, утвержденного приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 12 августа 2020 г. № 952

составлена на основании учебного плана:

Направление подготовки 37.04.01 Психология, 38.04.02 Менеджмент
Направленность (профиль): "Психология и управленческое консультирование"

утвержденного Учёным советом СГСПУ от 30.04.2026 протокол № 9

Рабочая программа одобрена на заседании кафедры
Психологии и социальной педагогики

Протокол от 30.06.2026 г. № 11
Зав. кафедрой С.А. Севенюк

Начальник УОП



Н.А. Доманина

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Цель изучения дисциплины: формирование у обучающихся представлений о кризисных ситуациях и кризисных состояниях, а также принципов и методов психологической работы с клиентами, переживающими кризис

Задачи изучения дисциплины: формирование научных представлений о процессах адаптации и дезадаптации личности к экстремальным условиям; изучение общей теории кризисов и их влияния на психическое здоровье; освоение понятий о кризисе и кризисных ситуациях; изучение психологических последствий взаимодействия личности с экстремальными ситуациями; освоение методов психологической диагностики кризисных состояний; изучение стратегий работы с посттравматическими расстройствами; формирование навыков дифференциальной психологической диагностики; освоение технологий оказания экстренной психологической помощи

Область профессиональной деятельности:

03 Социальное обслуживание

08 Финансы и экономика

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Цикл (раздел) ОП: Б1.В.ДВ

2.1 Требования к предварительной подготовке обучающегося:

Содержание дисциплины базируется на материале:

Учебная практика (научно-исследовательская работа)

2.2 Дисциплины (модули) и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:

Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы

3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

ПК-1 П. Способность осуществлять постановку психологических проблем, целей и задач научного исследования, на основе анализа достижений современной психологической науки и практики, обосновывать гипотезы, разрабатывать программу и методическое обеспечение исследования

ПК-1.1 П. Способность осуществлять постановку психологических проблем, целей и задач научного исследования:
 - знает особенности постановки психологических проблем, целей и задач научного исследования;
 - умеет формулировать психологическую проблему, цели и задачи научного исследования

Умеет: выявлять психологические проблемы; обосновывать актуальность исследования; формулировать цель исследования

ПК-1.2 П. Владеет информацией об основных достижениях современной психологии в контексте той или иной научной проблемы:

- знает основные достижения современной психологии в контексте той или иной научной проблемы

Владеет: навыками работы с научными базами данных и библиотечными системами; методами критического анализа научных публикаций; техниками конспектирования и реферирования исследований; способами визуализации научных достижений (концептуальные карты, хронологические схемы); нормами научного цитирования и оформления библиографии

ПК-1.3 П. Умеет обосновывать гипотезы, разрабатывать программу и методическое обеспечение научного психологического исследования

Умеет: обосновывать гипотезы; разрабатывать программу исследования; разрабатывать программу исследования; обеспечивать этичность исследования

ПК-4 П. Готовность к определению целей и осуществлению консультирования по вопросам индивидуальных особенностей личности, межличностных и групповых отношений, коммуникации и социального поведения

ПК-4.1 П. Знает особенности определения целей осуществления консультирования по вопросам индивидуальных особенностей личности, межличностных и групповых отношений, коммуникации и социального поведения

Знает: основные теоретические модели личности (психоаналитическую, гуманистическую, когнитивно-поведенческую и др.) и их подходы к целеполаганию в консультировании; этические принципы и ограничения в постановке целей

ПК-4.2 П. Умеет определять цели осуществления консультирования по вопросам индивидуальных особенностей личности, межличностных и групповых отношений, коммуникации и социального поведения

Умеет: выявлять истинный запрос клиента за поверхностной формулировкой проблемы; дифференцировать цели по направлениям

ПК-4.3 П. Владеет избранными техниками определения целей, осуществления консультирования по вопросам индивидуальных особенностей личности, межличностных и групповых отношений, коммуникации и социального поведения

Владеет: базовыми техниками ведения консультации; техниками работы с разными запросами; процедурами завершения консультации

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр	Часов	Интеракт.
	Раздел 1. Основы психологического консультирования в проблемных и			

	кризисных ситуациях			
1.1	Психологические особенности негативных эмоциональных переживаний /Лек/	5	4	0
1.2	Психологические особенности негативных эмоциональных переживаний /Пр/	5	4	2
1.3	Психологические особенности негативных эмоциональных переживаний /Ср/	5	12	0
1.4	Психологическая травма и работа с ней /Лек/	5	4	0
1.5	Психологическая травма и работа с ней /Пр/	5	6	2
1.6	Психологическая травма и работа с ней /Ср/	5	12	0
1.7	Жизненный кризис и работа с тяжелыми переживаниями /Лек/	5	4	0
1.8	Жизненный кризис и работа с тяжелыми переживаниями /Пр/	5	6	2
1.9	Жизненный кризис и работа с тяжелыми переживаниями /Ср/	5	20	0

5. Оценочные и методические материалы по дисциплине (модулю)			
5.1. Содержание аудиторной работы по дисциплине (модулю)			
5 семестр, 6 лекций, 8 практических занятий			
Раздел 1. Основы психологического консультирования в проблемных и кризисных ситуациях			
Лекции №1-2 (4 часа)			
Психологические особенности негативных эмоциональных переживаний			
Вопросы и задания: Физиологические и психологические аспекты отрицательных эмоций. Функции страха. Симптомы страха. Виды страхов. Механизмы возникновения фобических состояний. Психологические факторы, влияющие на возникновение страхов. Консультирование по проблемам фобий и страхов. Оценка эффективности психологической помощи			
Практические занятия №1-2 (4 часа)			
Психологические особенности негативных эмоциональных переживаний			
Вопросы и задания: Депрессия. Определение и систематика депрессий. Теоретические модели депрессии. Психоаналитическая концепция депрессии. Бихевиористская модель депрессии (обученная беспомощность). Когнитивная модель депрессии. Клинические аспекты психологии депрессии. Основные паттерны депрессивного самосознания. Особенности консультирования клиентов с депрессией			
Лекции №3-4 (4 часа)			
Психологическая травма и работа с ней			
Вопросы и задания: Понятие и характеристики психологической травмы. Типы травматических ситуаций. Краткосрочное, неожиданное травматическое событие. Специфические признаки. Пролонгированное травматическое событие (серийная травматизация). Диагностические критерии ПТСР. ПТСР и некоторые базовые убеждения человека. Специфика и принципы оказания экстренной психологической помощи. Этапы спасательных работ, их задачи. Группы жертв чрезвычайной ситуации. Особенности поведения людей, находящихся в очаге. Группы «фриска» пострадавших. Шок как психоэмоциональное состояние. Помощь человеку в состоянии шока. Условия выбора методов экстренной психологической помощи.			
Практические занятия №3-5 (6 часов)			
Психологическая травма и работа с ней			
Вопросы и задания: Особенности психотерапевтической работы при ПТСР. Клиническая типология ПТСР. Диагностические критерии ПТСР. Профилактика и самопомощь в преодолении кризисных состояний. Направления психокоррекционного вмешательства: установление терапевтического альянса, поведенческая терапия, когнитивная терапия, экзистенциальная терапия. Профилактические меры, способствующие повышению стрессоустойчивости. Вторичная дезадаптация личности. Психологическая реабилитация при длительной вторичной дезадаптации «экстремальной» личности. Симптомы детской травмы. личности. Этапы психологической реабилитации. Особенности детских переживаний психотравмы. Психологические характеристики массовой травмы			
Лекции №5-6 (4 часа)			
Жизненный кризис и работа с тяжелыми переживаниями			
Вопросы и задания: Понятие «кризис». Характеристики и виды кризисов. Тяжелые переживания как одна из форм психологического кризиса. Особенности помощи и консультирования в периоды тяжелых переживаний человека. Профилактика и самопомощь при переживании трудных жизненных ситуаций. Способы преодоления жизненных кризисов.			
Практические занятия №6-8 (6 часов)			
Жизненный кризис и работа с тяжелыми переживаниями			
Вопросы и задания: Психологическая помощь человеку в ситуации острого горя. Симптоматология нормального горя. Ход нормальных реакций горя. Патологические реакции горя. Особенности организации взаимодействия «консультант - клиент». Задачи консультирования в ситуации утраты близкого. Помощь детям и родителям в связи с потерей близкого человека			
5.2. Содержание самостоятельной работы по дисциплине (модулю)			
Содержание обязательной самостоятельной работы по дисциплине			
№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
1	Основы психологического консультирования в	Заполнение таблиц: «Характеристика основных механизмов	Таблицы

проблемных и кризисных ситуациях	защит»; «Уровни организации психологической защиты», «Виды и особенности формирования механизмов психологической защиты»
----------------------------------	--

Содержание самостоятельной работы по дисциплине на выбор

№ п/п	Темы дисциплины	Содержание самостоятельной работы	Продукты деятельности
2	Основы психологического консультирования в проблемных и кризисных ситуациях	Составление глоссария: Снарядный шок Суицидальное поведение Страх смерти	Глоссарий
		Заполнение таблицы «Типы суицидального поведения»	Таблица

5.3.Образовательные технологии

При организации изучения дисциплины будут использованы следующие образовательные технологии: информационно-коммуникационные технологии, технология организации самостоятельной работы, технология рефлексивного обучения, технология модульного обучения, технология игрового обучения, технологии групповой дискуссии, интерактивные технологии, технология проблемного обучения, технология организации учебно-исследовательской деятельности, технология проектного обучения, технология развития критического мышления.

5.4. Текущий контроль, промежуточный контроль и промежуточная аттестация

Балльно-рейтинговая карта дисциплины оформлена как приложение к рабочей программе дисциплины. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине оформлен отдельным документом.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Дата обращения к электронным учебным изданиям, электронным образовательным ресурсам, современным базам данных и информационным справочным системам совпадает с датой утверждения рабочей программы

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
ЛП.1	Белашева, И. В., Суворова, А. В., Польшакова, И. Н.	Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458913	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016
ЛП.2	Корытченкова, Н.И., Будницкая, Н.К., Кувшинова, Т.И., Смагина, С.С., Гольдшмидт, Е.С.	Психологическая профилактика профессиональной деформации личности в сфере служебной деятельности: учебное пособие URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481620	Кемерово: Кемеровский государственный университет, 2016

6.1.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие, ссылка на электронную библиотечную систему	Издательство, год
ЛП.1	Белашева, И. В., Есаян, М. Л., Мищенко, В. А.	Психология кризисных состояний личности: учебное пособие (курс лекций): направление подготовки 37.03.01 Психология: курс лекций URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=712179	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2022

6.2 Перечень программного обеспечения

- Acrobat reader DC
- Dr.Web Desktop security, Dr.Web Server security
- GIMP
- Мой офис, сервисы Яндекс 360 для образования (почта, Яндекс Диск, Яндекс Телемост, Яндекс документы, Календарь)
- Многофункциональный сервис обмена информацией Max
- Архиватор 7-Zip
- Браузер Яндекс для организаций

6.3 Перечень информационных справочных систем, профессиональных баз данных

- ЭБС «Университетская библиотека онлайн»
- Базы данных Springer eBooks
- Единое содержание общего образования <https://edsoo.ru/>
- Библиотека цифрового образовательного контента <https://моиуроки.рф/>

7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

7.1	Наименование специального помещения: учебная аудитория для проведения практических и лекционных занятий, групповых консультаций, индивидуальных консультаций, текущего контроля, курсового проектирования, промежуточной аттестации в формате веб-конференций. Оснащенность: Меловая доска-1шт., Комплект учебной
-----	---

	мебели, ноутбук (с выходом в Интернет), проекционное оборудование (мультимедийный проектор и экран).
7.2	Наименование специального помещения: помещение для самостоятельной работы, читальный зал. Оснащенность: комплект мебели, ПК-4 шт. с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду СГСПУ

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Работа над теоретическим материалом происходит кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю. Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с информационными источниками в разных форматах. Также в процессе изучения дисциплины методические рекомендации могут быть изданы отдельным документом.

Балльно-рейтинговая карта дисциплины «Психологическая помощь в кризисных ситуациях»

Курс 3 Семестр 5

Вид контроля		Минимальное количество баллов	Максимальное количество баллов
Раздел 1. Основы психологического консультирования в проблемных и кризисных ситуациях			
Текущий контроль по разделу:		20	40
1	Аудиторная работа	20	40
2	Самостоятельная работа (специальные обязательные формы)	8	14
3	Самостоятельная работа (специальные формы на выбор)	8	16
Контрольное мероприятие по разделу		20	30
Промежуточный контроль		28	50
Промежуточная аттестация		28	50
Итого:		56	100

Виды контроля		Перечень или примеры заданий, критерии оценки и количество баллов	Темы для изучения и образовательные результаты
Текущий контроль по разделу «Основы психологического консультирования в проблемных и кризисных ситуациях»			
1	Аудиторная работа	Участие в практических занятиях (полный ответ на вопрос практического занятия) оценивается в 5 баллов	Темы для изучения: Психологические особенности негативных эмоциональных переживаний Психологическая травма и работа с ней Жизненный кризис и работа с тяжелыми переживаниями Образовательные результаты: Умеет: выявлять психологические проблемы; обосновывать актуальность исследования; формулировать цель исследования Владеет: навыками работы с научными базами данных и библиотечными системами; методами критического анализа научных публикаций; техниками конспектирования и реферирования исследований; способами визуализации научных достижений (концептуальные карты, хронологические схемы); нормами научного цитирования и оформления библиографии Умеет: обосновывать гипотезы; разрабатывать программу исследования; разрабатывать программу исследования; обеспечивать этичность исследования Знает: основные теоретические модели личности (психоаналитическую, гуманистическую, когнитивно-поведенческую и др.) и их подходы к целеполаганию в консультировании; этические принципы и ограничения в постановке целей Умеет: выявлять истинный запрос клиента за поверхностной формулировкой проблемы; дифференцировать цели по направлениям Владеет: базовыми техниками ведения консультации; техниками работы с разными запросами; процедурами завершения консультации
2	Самостоятельная работа (обязательные формы)	Заполнение таблиц: «Характеристика основных механизмов защит»; «Уровни организации психологической защиты»; «Виды и особенности формирования механизмов психологической защиты» Студент выполнил все обязательные формы самостоятельной работы. Публично представил результаты работы. Смог отстоять, защитить результаты собственной самостоятельной деятельности, привел аргументированные доказательства – 14 баллов. Студент выполнил все обязательные формы самостоятельной работы. Публично представил результаты работы, но не смог отстоять, защитить результаты собственной самостоятельной деятельности, не привел аргументированные доказательства – 8 баллов	
3	Самостоятельная работа (на выбор)	Составление глоссария: Снарядный шок Суицидальное поведение Страх смерти Заполнение таблицы «Типы суицидального поведения» Студент выполнил все обязательные формы самостоятельной работы. Публично представил результаты работы. Смог отстоять, защитить результаты собственной самостоятельной деятельности, привел аргументированные доказательства – 16 баллов. Студент выполнил все обязательные формы самостоятельной работы. Публично представил результаты работы, но не смог отстоять, защитить результаты собственной самостоятельной деятельности, не привел аргументированные доказательства – 8 баллов	
4	Контрольное мероприятие по разделу	Кейс-задание соответствует всем параметрам модельного ответа – 30 баллов. Кейс-задание соответствует половине требований модельного ответа – 20 баллов	
Промежуточный контроль (количество баллов)		28 - 50	
Промежуточная аттестация		Представлены в фонде оценочных средств для промежуточной аттестации по дисциплине	