

Минобрнауки России

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования

**«Оренбургский государственный университет»**

Кафедра общей психологии и психологии личности

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**ДИСЦИПЛИНЫ**

*«С.1.В.ДВ.2.1 Психологическое сопровождение сотрудников в кризисных ситуациях»*

Уровень высшего образования

**СПЕЦИАЛИТЕТ**

Специальность

37.05.02 Психология служебной деятельности  
(код и наименование специальности)

Психологическое обеспечение служебной деятельности сотрудников правоохранительных органов  
(наименование направленности (профиля)/специализации образовательной программы)

Квалификация

Психолог

Форма обучения

Очная

Год набора 2020

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

Кафедра общей психологии и психологии личности

*наименование кафедры*

протокол № 5 от "22" января 2020г.

Заведующий кафедрой

Кафедра общей психологии и психологии личности

*наименование кафедры*

Л.В. Зубова

*подпись*

*расшифровка подписи*

Исполнители:

доцент кафедра ОП и ПП

*должность*

*подпись*

А.А. Кириенко

*расшифровка подписи*

*должность*

*подпись*

*расшифровка подписи*

СОГЛАСОВАНО:

Председатель методической комиссии по специальности

37.05.02 Психология служебной деятельности

*код*

*наименование*

*личная подпись*

*расшифровка подписи*

Л.В. Зубова

Заведующий отделом комплектования научной библиотеки

*личная подпись*

Н.Н. Грицай

*расшифровка подписи*

Уполномоченный по качеству факультета

*личная подпись*

*расшифровка подписи*

№ регистрации \_\_\_\_\_

## 1 Цели и задачи освоения дисциплины

**Цель (цели)** освоения дисциплины: ознакомление студентов с направлениями и методами психологического сопровождения сотрудников в кризисных ситуациях различного генеза.

### Задачи:

- освоить базовые понятия кризисной психологии, понятие и виды нормативных и ненормативных кризисов;
- формировать представление о признаках кризисной ситуации и особенностях личности находящейся в кризисной ситуации;
- освоить приемы и методы психологического сопровождения личности, находящейся в кризисной ситуации.

## 2 Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплина относится к дисциплинам (модулям) по выбору вариативной части блока 1 «Дисциплины (модули)»

Пререквизиты дисциплины: С.1.Б.28 Клиническая психология, С.1.Б.29 Психология стресса и стрессоустойчивого поведения, С.1.Б.30 Психологическая коррекция и реабилитация, С.1.Б.34.2 Самооборона, её правовые основы и методика её применения, С.1.Б.37 Психологическое консультирование

Постреквизиты дисциплины: Отсутствуют

## 3 Требования к результатам обучения по дисциплине

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих результатов обучения

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
<p><b>Знать:</b> типологию и классификацию кризисных состояний, их отличительные особенности; классификации кризисных состояний; проявления стрессового реагирования и особенностей переживания различных экстремальных и кризисных ситуаций; психологические последствия переживания психотравмирующих событий; знать о динамике кризиса, признаках кризисного состояния; основные приемы, повышающие психологическую устойчивость сотрудников к кризисным ситуациям.</p> <p><b>Уметь:</b> применять методы психологического сопровождения сотрудников, переживающих кризисную ситуацию, осуществлять подбор методов психологического сопровождения сотрудников в кризисных ситуациях, направленных на повышение адаптированности личности.</p> <p><b>Владеть:</b> приемами и методами оказания психологической помощи личности, находящейся в кризисной ситуации.</p>	ПК-13 способностью применять методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и служащих, участвовавших в экстремальной деятельности
<p><b>Знать:</b> принципы и задачи кризисной интервенции, методы психологической самопомощи, саморегуляции и профилактики; основы коррекционной работы с кризисной личностью;</p> <p><b>Уметь:</b> проектировать и реализовывать в практике психологической помощи психокоррекционные программы;</p>	ПК-14 способностью разрабатывать и реализовывать программы, направленные на предупреждение нарушений и отклонений в социальном и личностном статусе,

Планируемые результаты обучения по дисциплине, характеризующие этапы формирования компетенций	Формируемые компетенции
реализовывать и анализировать результаты процесса психологического сопровождения личности (группы), переживающей кризисную ситуацию. <b>Владеть:</b> навыками проектирования и реализации сопровождающих программ; навыками анализа результатов процесса психологического сопровождения личности (группы), переживающей кризисную ситуацию.	психическом развитии сотрудников, военнослужащих и иных лиц, рисков асоциального поведения, профессиональных рисков, профессиональной деформации

## 4 Структура и содержание дисциплины

### 4.1 Структура дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы (108 академических часов).

Вид работы	Трудоемкость, академических часов	
	9 семестр	всего
<b>Общая трудоёмкость</b>	<b>108</b>	<b>108</b>
<b>Контактная работа:</b>	<b>34,25</b>	<b>34,25</b>
Лекции (Л)	18	18
Практические занятия (ПЗ)	16	16
Промежуточная аттестация (зачет, экзамен)	0,25	0,25
<b>Самостоятельная работа:</b> - выполнение индивидуального творческого задания (ИТЗ); - написание реферата (Р); - самоподготовка (проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий); - подготовка к практическим (семинарским) занятиям.	<b>73,75</b>	<b>73,75</b>
<b>Вид итогового контроля (зачет, экзамен, дифференцированный зачет)</b>	<b>зачет</b>	

Разделы дисциплины, изучаемые в 9 семестре

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1	Кризисные ситуации в жизнедеятельности сотрудника	10	2	2		6
2	Феноменология психологического кризиса	16	4	2		10
3	Психологическое сопровождение личности в кризисных ситуациях	18	4	4		10
4	Технологии психологического сопровождения сотрудников в кризисных ситуациях, связанных с антропогенными экстремальными воздействиями	14		2		12
5	Технологии психологического сопровождения сотрудников, переживающих кризис, обусловленный воздействиями трудных жизненных ситуаций	16	2	2		12
6	Психологическое сопровождение сотрудников, переживающих возрастной кризис	16	2	2		12
7	Психологическое сопровождение сотрудников, переживающих нормативные и ненормативные	16	2	2		12

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов				
		всего	аудиторная работа			внеауд. работа
			Л	ПЗ	ЛР	
	кризисы профессионального развития					
	Итого:	108	18	16		74
	Всего:	108	18	16		74

## 4.2 Содержание разделов дисциплины

### 1. Кризисные ситуации в жизнедеятельности сотрудника

Понятие кризиса. Виды кризисов (социогенные, психогенные, возрастные и экзистенциальные). Проявление возрастных и экзистенциальных кризисов, нормальное и патологическое течение. Причины возникновения, особенности течения и помощи при духовных кризисах. Понятие о шоковой травме и психотерапевтическая работа с ней.

### 2. Феноменология психологического кризиса

Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния. Теории кризиса в отечественной и зарубежной психологии. Проблемы дифференциальной диагностики кризисов. Виды кризисов (различные варианты классификаций). Нормативные кризисы: понятие, виды, динамика. Ненормативные кризисы: понятие, виды, динамика.

### 3. Психологическое сопровождение личности в кризисных ситуациях

Понятие психологического сопровождения. Принципы организации и этапы психологического сопровождения. Специфика психологического сопровождения нормативных и ненормативных кризисов. Психологическое сопровождение возрастных кризисов. Психологическое сопровождение профессиональных кризисов. Ошибки психологического сопровождения в кризисной ситуации и способы их предотвращения.

### 4. Технологии психологического сопровождения сотрудников в кризисных ситуациях, связанных с антропогенными экстремальными воздействиями (участием в боевых действиях).

Характеристика кризисных ситуаций, связанных с антропогенными экстремальными воздействиями. Виды антропогенных экстремальных воздействий. Субъекты экстремальных воздействий. Основные отличия экстренной психологической помощи от обычной. Общие принципы и основные профессиональные психологические методы оказания экстренной психологической помощи. Принципы и этические нормы специалиста-психолога при работе в чрезвычайной ситуации. Методы оказания экстренной психологической помощи. Методы психологической диагностики, используемые при оказании экстренной психологической помощи.

### 5. Технологии психологического сопровождения сотрудников, переживающих кризис, обусловленный воздействиями трудных жизненных ситуаций

Трудная жизненная ситуация как психосоциальный феномен. Классификация трудных жизненных ситуаций. Стратегии совладания с ТЖС. Диагностика личностных и поведенческих особенностей сотрудника, переживающих кризис, обусловленный воздействием трудной жизненной ситуации. Основные задачи психологической помощи сотруднику, переживающему кризис, обусловленный воздействием трудной жизненной ситуации (принятие факта произошедшего, контакт с ценностями, помощь в принятии ответственности за свое поведение, помощь в принятии вызова ситуации).

### 6. Технологии психологического сопровождения сотрудников, переживающих возрастной кризис

Современные взгляды на природу возрастных кризисов (Д.Б. Эльконин, К.Н. Поливанова, И.Г. Малкина-Пых и др.). Представления Э. Эриксона о кризисах возрастного развития. Схема анализа возрастного кризиса. Проблема выделения кризисов развития в зрелых возрастах. Концепция кризисов зрелости Г. Шиихи. Диагностика, отличия от экзистенциальных кризисов. Базовые принципы и методы психологической помощи при работе с возрастными кризисами.

## **7. Психологическое сопровождение сотрудников, переживающих нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития.**

Специфика кризисов и кризисных ситуаций профессионального развития. Концепция нормативных кризисов профессионального развития Э.Ф. Зеера. Факторы, определяющие возникновение нормативных кризисов профессионального развития. Специфика предкритической, критической и посткритической фаз кризисов профессионального развития. Кризисы профессионального развития, профессиональные деформации и профессиональные деструкции личности. Возможности ограничения данной концепции при организации психологического сопровождения становления профессионала. Ненормативные профессиональные кризисы, связанные с увольнением, инвалидизацией, безработицей, исчезновением профессии и т.д. Условия, при которых данные события воспринимаются профессионалом как кризисные. Варианты благоприятного и неблагоприятного разрешения ненормативных профессиональных кризисов. Психологическая помощь при нормативных и ненормативных профессиональных кризисах.

### **4.3 Практические занятия (семинары)**

№ занятия	№ раздела	Тема	Кол-во часов
1	1	Кризисные ситуации в жизнедеятельности сотрудника	2
2	2	Феноменология психологического кризиса	2
3	3	Психологическое сопровождение личности в кризисных ситуациях	4
4	4	Технологии психологического сопровождения сотрудников в кризисных ситуациях, связанных с антропогенными экстремальными воздействиями	2
5	5	Технологии психологического сопровождения сотрудников, переживающих кризис, обусловленный воздействиями трудных жизненных ситуаций	2
6	6	Психологическое сопровождение сотрудников, переживающих возрастной кризис	2
7	7	Психологическое сопровождение сотрудников, переживающих нормативные и ненормативные кризисы профессионального развития	2
		Итого:	16

## **5 Учебно-методическое обеспечение дисциплины**

### **5.1 Основная литература**

1. Григорьев, Н.Б. Психотехнологии группового тренинга : учебное пособие / Н.Б. Григорьев. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2008. - 176 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98238-012-8 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277328> (05.03.2019).
2. Основные направления современной психотерапии / ред. А.М. Боковиков. - Москва : Когито-Центр, 2001. - 376 с. - ISBN 5-89353-030-6 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=56398> (28.01.2019).

## 5.2 Дополнительная литература

1. Старшенбаум, Г.В. **Психотерапия** в группе / Г.В. Старшенбаум. - Москва : Издательство института психотерапии, 2005. - 298 с. - ISBN 5-89939-122-7 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=69871> (28.01.2019).
2. Старшенбаум, Г.В. Психосоматика и **психотерапия**: исцеление души и тела / Г.В. Старшенбаум. - Москва : Издательство института психотерапии, 2005. - 341 с. - ISBN 5-89939-125-1 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=65014> (28.01.2019).
3. Франкл, В.Э. Страдания от бессмысленности жизни. Актуальная **психотерапия** / В.Э. Франкл ; пер. С.С. Панков. - Новосибирск : Сибирское университетское издательство, 2011. - 112 с. - ISBN 978-5-379-01751-4; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=57615> (28.01.2019).

## 5.3 Периодические издания

1. Вопросы психологии: журнал. - М.: Агентство "Роспечать", 2019..

## 5.4 Интернет-ресурсы

[https://www.koob.ru/zinovieva/child\\_crisis](https://www.koob.ru/zinovieva/child_crisis) - Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. «Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации»

<https://www.klex.ru/pih> - Кадыров Р.В. «Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD): состояние проблемы, психодиагностика и психологическая помощь»

<https://www.klex.ru/pi5> - Кадыров Р.В. «Психокоррекция переживания отчуждения у детей, болеющих хроническими заболеваниями: программа психологической коррекции»

<https://www.klex.ru/prs> - Антонов А. «Суицидология. Превенция, кризисная интервенция и постсуицидальное сопровождение»

<https://www.klex.ru/fl7> - Ромек В.Г. «Кризисное вмешательство»

<https://www.klex.ru/fl8> - Ромек В.Г., Крукович Е.И., Конторович В.А «Психологическая помощь в кризисных ситуациях»

<https://www.klex.ru/9nf> - Малкина-Пых И.Г. «Психологическая помощь в кризисных ситуациях»

<https://www.klex.ru/9p9> - Малкина-Пых И.Г. «Техники позитивной терапии и НЛП»

<https://www.klex.ru/6cu> - Осипова А.А. «Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях»

<https://www.klex.ru/e74> - Говорин Н.В. «Суицидальное поведение: типология и факторная обусловленность»

## 5.5 Программное обеспечение, профессиональные базы данных и информационные справочные системы современных информационных технологий

1. Операционная система Microsoft Windows
2. Пакет настольных приложений Microsoft Office (Word, Excel, PowerPoint)
3. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы по дисциплине: Консультант Плюс - [www.consultant.ru](http://www.consultant.ru), Гарант - [www.garant.park.ru](http://www.garant.park.ru)
4. Информационный ресурсный центр по научной и практической психологии «ПСИ-ФАКТОР» - <http://psyfactor.org/>, Гуманитарно-правовой портал «PSYERA» - <http://psyera.ru>, База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU - <https://elibrary.ru/defaultx.asp>, База данных ЭБС "Университетская Библиотека Онлайн" - <http://biblioclub.ru>, База данных ЭБС Издательства Лань <https://e.lanbook.com>.

## 6 Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, для проведения групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации.

Аудитории оснащены комплектами ученической мебели, техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещение для самостоятельной работы обучающихся оснащено компьютерной техникой, подключенной к сети "Интернет", и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду ОГУ.

***К рабочей программе прилагаются:***

- Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине;
- Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины.