



Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
**«Саратовский государственный медицинский
университет имени В. И. Разумовского»**
Министерства здравоохранения Российской Федерации

УТВЕРЖДАЮ

Директор Высшей школы управления
здоровьем, клинической психологии и
сестринского образования

О.Ю. Алешкина

« 26 » апреля 20 24 г

ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Дисциплина: Психология кризисных состояний

Специальность: 37.05.01 Клиническая психология

Квалификация: Клинический психолог

1. КАРТА КОМПЕТЕНЦИЙ

Контролируемые компетенции	Планируемые результаты обучения
УК-5	ИУК 5.1. Знает основные категории философии, законы исторического развития, основы межкультурной коммуникации; основные концепции взаимодействия людей в организации. ИУК 5.2. Умеет грамотно, доступно излагать профессиональную информацию в процессе межкультурного взаимодействия; соблюдать этические нормы и права человека; анализировать особенности социального взаимодействия с учетом национальных, этнокультурных, конфессиональных особенностей. ИУК 5.3. Владеет практическим опытом продуктивного взаимодействия в профессиональной среде с учетом национальных, этнокультурных, конфессиональных особенностей; преодоления коммуникативных, образовательных, этнических, конфессиональных и других барьеров в процессе межкультурного взаимодействия.
ПК-19	ИПК- 48. Знает этические принципы психодиагностической и экспериментальной деятельности психолога. ИПК-49. Умеет: определять проблему, цели, задачи, объект, предмет исследования. ИПК-39. Владеет: профессиональным мышлением для оценки, анализа и объяснений свойств психической реальности человека.
ПК-28	ИПК-37. Знает закономерности и механизмы развития кризисных состояний. ИПК-38. Умеет применять полученные знания психологии кризисных состояний в профессиональной деятельности. ИПК-39. Владеет навыками понимания и анализа научного текста по психологии кризисных состояний; навыками объяснения сущности конкретной кризисной ситуации; навыками оказания помощи и психологической поддержки при возникновении кризисных состояний.

2. ПОКАЗАТЕЛИ ОЦЕНИВАНИЯ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ

Семестр	Шкала оценивания	
	«не зачтено»	«зачтено»
знать		
4	Студент не способен самостоятельно выделять главные положения в изученном материале дисциплины. Не знает основных категорий темы.	Студент самостоятельно выделяет главные положения в изученном материале и способен дать краткую характеристику основным идеям проработанного материала дисциплины. Знает основные категории изученных тем дисциплины, убедительно излагает ключевые положения, способен проанализировать материал. Показывает глубокое понимание и знание содержания дисциплины.
уметь		
4	Студент не умеет, демонстрирует непонимание вопроса и поставленной проблемной ситуации.	Студент умеет, самостоятельно оперировать основными педагогическими понятиями и категориями. Различает смысл основных понятий, умеет обосновывать свой ответ. Студент умеет использовать имеющиеся теоретические знания согласно поставленным целям и задачам.
владеть		
4	Студент не владеет, навыком применения теоретических знаний на практике при решении определенных задач по изучаемой дисциплине.	Студент показывает глубокое и полное владение всем объемом изучаемой дисциплины, владеет навыком определения целей и задач, релевантных предъявляемым требованиям. Студент показывает глубокое и полное владение всем объемом изучаемой дисциплины в части способности самостоятельного выделения значимых свойств научной дисциплины.

3. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

3.1. ПЕРЕЧЕНЬ КОНТРОЛЬНЫХ ВОПРОСОВ

1. Общие представления о критических ситуациях.
2. Понятие кризиса и его определения в различных психологических подходах.
3. Развитие представлений о кризисах личности.
4. Возрастные и ценностно-смысловые кризисы: общая характеристика.
5. Причины кризисов личности.
6. Основные периодизации развития человека.
7. Особенности кризиса юношеского возраста.
8. Характеристика и задачи кризисов среднего возраста.
9. Общие представления о кризисах пожилого возраста.
10. Личностная и социальная идентичность. Кризис личностной идентичности.
11. Признаки кризиса личностной идентичности.
12. Кризисы личности в экзистенциальной психологии.
13. Защитные механизмы и совладание при критических ситуациях.
14. Факторы, способствующие разрешению кризисов личности.
15. Психотерапевтические подходы в работе с человеком, переживающим кризис личности.
16. Теоретические предпосылки возникновения и развития проблемы стресса.
17. Виды стресса. Классификация основных стрессоров. Фазы развития стресса.
19. Эпигенетическая теория Э. Эриксона.
20. Основные психологические защиты и фазы инфантильного развития.
21. Нормальное и патологическое течение кризисных состояний.
23. Типы, этапы и фазы кризисных состояний.
24. Трудности в работе с кризисными клиентами.

3.2. ПЕРЕЧЕНЬ ТЕСТОВЫХ ЗАДАНИЙ

Выберите один правильный ответ

1. Вред, нанесенный психическому состоянию человека в результате интенсивного и длительного влияния неблагоприятных факторов среды называется:

- а) стресс;
- б) травма;
- в) кризис;
- г) дисстрес.

2. К признакам травматического стресса НЕ относится:

- а) большая сила стрессогенного фактора;
- б) продолжительность воздействия стрессогенного фактора на человека;
- в) мобилизация адаптационных ресурсов организма;
- г) быстрая адаптация.

3. К травмам потери НЕ относят:

- а) переживание потери близкого человека;
- б) переживание утраты здоровья (психических и физических способностей);
- в) переживание, связанное с утратой жилья и др. материальные потери;
- г) проявление агрессии.

4. К проявлениям горя НЕ относится:

- а) враждебная реакция;
- б) легкость физического и психологического состояния;
- в) поглощенность образом утраченного человека;
- г) отрицанием случившегося.

5. Первая фаза работы горя характеризуется:

- а) отрицанием случившегося;
- б) осознанием настоящего;
- в) свободной манерой поведения;
- г) вниманием к другим.

6. Патологический ход работы горя характеризуется:

- а) ясностью своих чувств;
- б) легкой интеграцией утраты;
- в) длительностью и интенсивностью переживаний;
- г) осознанием настоящего.

7. Задачи, которые решаются в процессе переживания горя:

- а) признание потери, восстановления уважения к реальности;
- б) восстановление активной жизни, налаживание новых связей;
- в) нахождение нового смысла жизни;
- г) все ответы верны.

8. К признакам осложненного горя относят следующие признаки:

- а) полное изменение стиля жизни после травмы, признаки переживания потери отсутствуют, чувства отрицаются;
- б) шок впервые несколько дней;
- в) в течении 5-6 недель нормализуется сон;
- г) принятие и интеграцию утраты в течении года.

9. У ранней психологической травматизации есть свои законы:

- а) она всегда неожиданна, к ней нельзя подготовиться. Как правило, погружает ребенка в ощущение беспомощности, неспособности защититься;
- б) она произошла в ситуации, когда ребенок мало, чем мог управлять;
- в) детская травма меняет мир ребенка и для него мир становится враждебным;
- г) все ответы верны.

10. К проявлениям деперсонализации относят:

- а) нарушение идентичности;
- б) циничное отношение к профессиональным обязанностям и разочарование в профессии;
- в) злоупотребление различными химическими агентами (алкоголь, табак и пр.);
- г) все ответы верны.

11. Степень кризисности ситуации определяется:

- а) адаптивными возможностями самого человека;
- б) потенциальными возможностями личностного развития;
- в) оценкой ее окружающими;
- г) правильные ответы не представлены.

12. Ситуация для человека становится кризисной в силу:

- а) субъективного переживания самим человеком ее как таковой;
- б) мнений и взглядов других людей, считающих ее таковой;
- в) ее негативных последствий;
- г) оценкой ее окружающими.

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

- а) невозможностью достижения намеченного;
- б) осмыслением собственной смертности;
- в) перестройкой системы ценностей;
- г) потерей работы.

14. Конструктивный выход из кризиса означает:

- а) полную дезорганизацию личности;
- б) неполную дезорганизацию личности;
- в) личностную деградацию;
- г) личностный рост, связанный с получением нового опыта;
- д) личностные расстройства.

15. Деструктивный выход из кризиса характеризуется:

- а) разрушительными последствиями и личностной дезорганизацией, социальной дезадаптацией;
- б) получением нового опыта;
- в) личностным ростом;
- г) позитивной интеграцией опыта.

16. Кризисные состояния на социально-психологическом уровне могут проявляться в:

- а) нарушениях коммуникативных функций;
- б) нарушениях мыслительных операций;
- в) нарушениях памяти;

г) нарушениях сна.

17. Кризис у человека может проявиться через:

- а) нарушение внимания;
- б) вязкость мышления;
- в) нарушение памяти;
- г) все ответы верны.

18. Системный характер кризисных состояний проявляется в том, что они:

- а) периодически проявляются в жизни;
- б) исключительно зависят от системы внешних условий;
- в) всегда имеют исключительно негативные последствия для человека;
- г) охватывают все уровни личностной организации.

19. Для подростков и молодежи наиболее тяжелыми в психологическом отношении нарушениями оказываются:

- а) сексуальные расстройства;
- б) заболевания, изменяющие внешность;
- в) инфаркт, инсульт;
- г) нарушения внимания.

20. Кризис первого года жизни характеризуется:

- а) становлением ходьбы и речи, появлением гипобулических реакций;
- б) появлением навыков опрятности;
- в) появлением социальных навыков;
- г) потребностью в самостоятельности.

21. Кризис «средних лет» наступает, как правило, в возрасте:

- а) 25 ± 2 года;
- б) 45 ± 2 года;
- в) 35 ± 2 года;
- г) 55 ± 2 года.

22. Ситуация, в которой субъект сталкивается с невозможностью реализации своих мотивов, стремлений, ценностей и называется:

- а) психологическая;
- б) критическая;
- в) экзистенциальная;
- г) экстренная.

23. К признакам травматического стресса НЕ относится:

- а) большая сила стрессогенного фактора;
- б) продолжительность воздействия стрессогенного фактора на человека;
- в) мобилизация адаптационных ресурсов организма;
- г) повышение осознанности.

24. Общей целью переживания является:

- а) повышение осмысленности жизни;
- б) повышение осознанности, развитие личности;
- в) понижение критичности субъекта;
- г) мобилизация адаптационных ресурсов организма.

25. Неожиданное, чрезмерное воздействие, из-за гротескности которого привычные способы функционирования психического аппарата становятся бессильными, а Эго беспомощным, с точки зрения З.Фрейда, называется:

- а) фрустрация;
- б) кризис;
- в) травма;
- г) адаптация.

26. Психическое состояние, при котором временно нарушается равновесие между требованием к индивиду и его ресурсами вследствие недостаточности последних называется:

- а) дистресс;
- б) стресс;
- в) эустресс;
- г) травма.

27. Стрессовые реакции не могут быть:

- а) эмоциональными;
- б) физиологическими;
- в) оценивающими;
- г) проявляющимися на соматическом уровне.

28. Категориальное поле, которое стоит за понятием стресса, можно обозначить термином:

- а) "витальность";
- б) внутренний мир;
- в) жизнь как целое;
- г) адаптационные ресурсы.

29. Процесс переживания горя не решает задачи:

- а) признание потери, восстановления уважения к реальности;
- б) нахождение нового смысла жизни;
- в) увлечение религией и спиритизмом;
- г) восстановление активной жизни, налаживание новых связей.

30. Психологическая помощь при работе с эмоциональными травмами включает:

- а) установление ограничений на общение с окружающими;
- б) помощь в переживании психической боли и выражении чувств;
- в) критика создавшегося психического состояния;
- г) увлечение эзотерикой.

31. Возрастные кризисы считают:

- а) нормальным этапом развития;
- б) отклонением в развитии;
- в) вопрос не изучен;
- г) этапом развития движущее развитие личности.

32. К признакам осложненного горя не относят:

- а) полное изменение стиля жизни после травмы;
- б) шок впервые несколько дней;
- в) нормализация сна в течении года;
- г) принятие и интеграцию утраты в течении года.

33. Особенностью возрастного кризиса (по Л.С. Выготскому) НЕ является:

- а) размытость границ критического периода;
- б) прогрессивное развитие личности;
- в) появление новообразований;
- г) отклонение в развитии.

34. Кризис, связанный с позитивными изменениями в жизни человека, но, тем не менее, часто вызывающими стресс в связи с длительным напряжением при освоении новых задач – это:

- а) кризис развития;
- б) кризис перемен;
- в) кризис профессионального становления;
- г) личностный кризис.

35. Слишком изменчивая, хаотичная структура внешнего мира без четкого упорядочения и смысла, которая не дает возможности понимать, предвосхищать и регулировать происходящее во внешней среде – это:

- а) когнитивная депривация;
- б) информационная депривация;
- в) депривация значений;
- г) экзистенциальная депривация.

36. Третья фаза работы горя характеризуется:

- а) дезорганизацией, беспомощностью;
- б) возникают ощущения бессмысленности, чувства отчаяния, одиночества, страха, вины, тревоги;
- в) возникают трудности концентрации, не доведение дел до конца;
- г) все ответы верны.

37. Мета-чувства – это:

- а) неприемлемые чувства;
- б) чувства по поводу собственных чувств;
- в) противоречивые чувства;
- г) чувства, характеризующиеся высокой интенсивностью.

38. Какой из перечисленных признаков не характеризует состояние аффекта:

- а) кратковременность эмоциональной реакции;
- б) «взрывной» характер эмоциональной реакции;
- в) эмоциональное напряжение;
- г) предельно ограниченная волевая регуляция поведения;
- д) восприятие эмоционального состояния как пассивно переживаемого.

39. Что из перечисленного НЕ является «нормальным» проявлением горя:

- а) поглощенность образом утраченного;
- б) чувство вины, возникновение противоречивых чувств по отношению умершему;
- в) идентификация с утратой;
- г) страх умереть от той же самой болезни, от которой умер близкий человек.

40. К проявлениям горя НЕ относится:

- а) доброжелательность к окружающим;
- б) чувство вины;
- в) физическое страдание;
- г) легкость физического и психологического состояния.

41. Непосредственная данность психических содержаний сознанию называется:

- а) переживание;
- б) осознание;**
- в) осмысление;
- г) рефлексия.

42. Жизненные события, ведущие к кризису, НЕ характеризуются тем, что они:

- а) создают потенциальную угрозу удовлетворения фундаментальных потребностей человека**
- б) ставят его перед лицом неразрешимой проблемы
- в) укрепляют Я-концепцию
- г) дают толчок к развитию личности.

43. Психологическое состояние организма, когда существует несоответствие между его способностью удовлетворительно справиться с требованиями окружающей среды и уровнем таких требований называется:

- а) стресс;
- б) конфликт;
- в) фрустрация;
- г)

44. К признакам травматического стресса НЕ относится:

- а) психологические нарушения;
- б) большая продолжительность воздействия стрессогенного фактора на человека;
- в) субъективное улучшение самочувствия;
- г)

45. Психологические проявления тревоги:

- а) избыточная активность;
- б) неспособность расслабиться, трудности засыпания;
- в) высокая концентрация на объекте;
- г) все ответы верны.**

46. Когнитивные и поведенческие усилия по управлению специфическими внешними или внутренними требованиями, которые оцениваются как напрягающие или превышающие ресурсы личности называются:

- а) адаптация;
- б) копинг реакции;
- в) травматизация;
- г) диссоциация.

47. К проявлениям горя НЕ относится:

- а) враждебная реакция;
- б) легкость физического состояния;
- в) поглощенность образом утраченного;
- г) адаптация.

48. Стрессовые реакции НЕ могут быть:

- а) эмоциональные;
- б) когнитивные;
- в) волевые;
- г) адаптационные.

49. Вред, нанесенный психическому здоровью человека в результате интенсивного

влияния неблагоприятных факторов среды называется:

- а) стресс;
- б) травма;
- в) кризис;
- г) диссоциация.

50. Первая фаза работы горя характеризуется:

- а) принятием случившегося;
- б) оцепенением, шоком;
- в) осознанием настоящего;
- г) адаптацией.

ДОПОЛНИТЕ НЕПОЛНОЕ СУЖДЕНИЕ

1. Внутреннее состояние человека, реагирующего на стресс, когда все другие нормальные способы, позволяющие справиться с ситуацией, не помогают, называют _____

ОТВЕТ: Психологический кризис

2. Состояние экстремального эмоционального напряжения сил для преодоления принципиально новых препятствий, опасных для здоровья или жизни человека называют _____

ОТВЕТ: Кризисом

3. Психическое состояние, возникающее в ситуации реальной или предполагаемой невозможности удовлетворения тех или иных потребностей у человека вызывает _____.

ОТВЕТ: Фрустрацию

4. Состояние, характеризующееся столкновением интересов при их высокой значимости для человека _____

ОТВЕТ: Конфликт

5. _____ — это результат переживания сильного стресса или совершенного по отношению к человеку насилия. Может нарушить организацию психики и привести к пограничным или клиническим состояниям, неврозам, психосоматическим заболеваниям.

ОТВЕТ: Психотравма

6. Состояние организма, характеризующееся эмоциональным и физическим перенапряжением, вызванным воздействием различных неблагоприятных факторов называют _____

ОТВЕТ: Стрессом

7. _____ — тягостное переживание разлученности, невозможности быть рядом со значимым человеком, либо невозможности вернуться в ситуацию.

ОТВЕТ: Тоска

8. Отрицательно окрашенная эмоция, выражающая ощущение неопределённости, ожидание отрицательных событий и трудноопределимые предчувствия _____ .

ОТВЕТ: Тревога.

9. Состояние человека, его физических и умственных сил, когда он не может ни защитить себя, ни принимать самых обычных мер к сохранению своей жизни и здоровья и часто нуждается в посторонней помощи, чтобы удовлетворить свои основные жизненные потребности _____ .

ОТВЕТ: Беспомощность

10. Г. Каплан описал _____ последовательных стадии кризиса.

ОТВЕТ: 4.

11. Центральными положениями в концепции стресса, предложенной Гансом Селье является _____ модель самосохранения организма и мобилизация ресурсов для реакции на стрессор.

Ответ: гомеостатическая

12. Все воздействия на организм Ганс Селье подразделил на специфические и _____ эффекты стресса, которые проявляются в виде общего адаптационного синдрома.

Ответ: стереотипные неспецифические

13. Ганс Селье ввел понятие _____, которая мобилизуется путем перестройки гомеостатических механизмов организма. Ее истощение необратимо и ведет к старению и гибели организма.

Ответ: адаптационная энергия

14. Психические проявления общего адаптационного синдрома обозначаются как «_____ стресс» – т. е. аффективные переживания, сопровождающие стресс и ведущие к неблагоприятным изменениям в организме человека.

(Ответ: эмоциональный)

15. Преодоление стресса включает психологические (сюда входят когнитивная, то есть познавательная, и поведенческая стратегии) и _____ механизмы.

Ответ: физиологические

16. Преодоление стресса включает психологические (сюда входят когнитивная, то есть познавательная, и _____ стратегии) и физиологические механизмы.

Ответ: поведенческая

17. Стрессоры обычно делятся на: физиологические и психологические. Психологические, в свою очередь, делятся на: эмоциональные и _____

Ответ: информационные

18. Стресс становится _____, когда результатом воздействия стрессора является нарушение в психической сфере по аналогии с физическими нарушениями и угрозой для жизни.

Ответ: травматическим

19. В качестве _____ в некоторых случаях выступают травматические события – экстремальные кризисные ситуации, обладающие мощным негативным последствием, ситуации угрозы жизни для самого себя или значимых близких.

Ответ: стрессора

20. В соответствии с особенностями проявления и течения различают три подвидов посттравматических стрессовых расстройств: острое, хроническое и _____.

Ответ: отсроченное

21. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство

22. Опасность, угроза, утрата, обман, обида, информационная перегрузка – это _____ стрессоры.

ОТВЕТ: Психологические

23. Боль, голод, жажда, чрезмерная физическая нагрузка, высокая и низкая температура – это _____ стрессоры.

ОТВЕТ: Физиологические

24. _____ – это непсихотическая отсроченная реакция на травматический стресс, способный вызвать психические нарушения.

ОТВЕТ: ПТСР

25. Психологическая реакция на травму включает в себя _____ относительно самостоятельные фазы.

ОТВЕТ: 3

26. Подвид ПТСР, который развивается в срок до трех месяцев называется – _____.

ОТВЕТ: Острый

27. Подвид ПТСР, который продолжается более трех месяцев – _____.

ОТВЕТ: Хронический

28. Подвид ПТСР, который возникает спустя шесть и более месяцев после травматизации – _____.

ОТВЕТ: Отсроченный

29. Особая форма общей реакции, возникающая в ситуации, когда стресс перегружает психологические и адаптационные возможности человека и разрушает защиту называют _____.

ОТВЕТ: Травматический стресс

30. Интенсивная, неприятная и дисфункциональная реакция, которая начинается вскоре после подавляющего травматического события и длится менее месяца называют _____.

ОТВЕТ: Острое стрессовое расстройство

31. _____ – это совокупность неспецифических адаптационных реакций организма в ответ на воздействие различных неблагоприятных факторов, нарушающее его гомеостаз.

ОТВЕТ: Стресс

32. Система краткосрочных мероприятий, направленных на оказание помощи одному человеку, группе людей или большому числу пострадавших в целях регуляции актуального психологического, психофизиологического состояния и негативных эмоциональных переживаний, связанных с кризисным или чрезвычайным событием это _____.

ОТВЕТ: Экстренная психологическая помощь

33. В кризисной ситуации возможны ____ вида психологической помощи.

ОТВЕТ: 2

34. Внезапно возникшая ситуация, угрожающая или субъективно воспринимаемая человеком как угрожающая жизни, здоровью, личностной целостности, благополучию называется _____.

ОТВЕТ: Экстремальная ситуация

35. Работу по оказанию экстренной психологической помощи можно условно разделить на ____ этапа.

ОТВЕТ: 3

36. Целью работы на _____ этапе является подготовка развернутого плана действий по оказанию экстренной психологической помощи.

ОТВЕТ: Подготовительном

37. Подобный вид консультирования производится тогда, когда трансформации подконтрольны человеку, и он в силах самостоятельно справиться с ними, как правило, не долгосрочно, и чаще всего основывается на тактиках информирования это _____.

ОТВЕТ: Кризисное консультирование

38. Если же негативные изменения приобретают длительный, затяжной характер и оказываются вне зоны самостоятельного контроля, то возникает необходимость в _____.

ОТВЕТ: Кризисной психотерапии

39. Существует ____ основных принципов оказания психологической помощи.

ОТВЕТ: 9

40. Принцип _____ предполагает, что специалист, оказывающий помощь, должен быть достаточно квалифицирован, иметь соответствующее образование и специальную подготовку для работы в чрезвычайных ситуациях.

ОТВЕТ: Профессиональной компетентности

41. Способы совладания со стрессом, некий набор приемов, которые человек использует в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию это _____

ОТВЕТ: Копинг-стратегии

42. Механизмы представляющие собой активные усилия личности, которые направлены на совладание трудной ситуацией называют _____.

ОТВЕТ: Копинг-механизмы

43. На выбор копинг-стратегии влияет уровень жизнестойкости, включающий в себя три компонента: вовлеченность, _____, принятие риска.

ОТВЕТ: Контроль

44. Копинг-стратегия поиска социальной поддержки позволяет при помощи актуальных эмоциональных, поведенческих и когнитивных ответов успешно справиться со _____ ситуацией.

ОТВЕТ: Стрессовой

45. Копинг-стратегия _____ позволяет человеку минимизировать эмоциональное напряжение, эмоциональный компонент дистресса до изменения самой ситуации.

ОТВЕТ: Избегания

46. Американские психологи Р. Лазарус и С. Фолкман выделили _____ способов основных копинг-стратегий.

ОТВЕТ: 8

47. Форму специальной системы стабилизации личности, направленной на оберегание сознания от травмирующих переживаний, связанных с конфликтами, тревогой и дискомфортом называют _____.

ОТВЕТ: психологическая защита

48. Механизм, предохраняющий личность от травмирующих переживаний и направленный на поддержание позитивного чувства «Я» это _____

ОТВЕТ: Психологическая защита

49. Данная копинг – стратегия предполагает представление проблемы в виде стимула для закалки характера — _____.

ОТВЕТ: Поиск положительных сторон

50. Копинг-стратегия разрешения проблем отражает способность человека определять проблему и находить альтернативные решения, эффективно справляться со _____ ситуациями, тем самым способствуя сохранению как физического, так и психического здоровья.

ОТВЕТ: Стрессовыми ситуациями.

51. Психотравма рассматривается Фрейдом как повреждение связи между аффектом и _____, при котором болезненный аффект остается в связанном состоянии как «предсознательный комплекс идей», в изоляции от сознания.

Ответ: воспоминанием

52. Транзиторное расстройство значительной тяжести, которое развивается в ответ на исключительный физический и психологический стресс и обычно проходит в течение нескольких часов или дней называют _____.

Ответ: острой реакцией на стресс

53. К отдаленным последствиям психологической травмы относят _____ и стойкое изменение личности после переживания катастрофы.

Ответ: ПТСР

54. ПТСР возникает как _____ отставленная и затяжная реакция на стрессовое событие или ситуацию исключительно угрожающего или катастрофического характера, которые в принципе могут вызвать дистресс почти у любого человека

Ответ: непсихотическая

55. Ю.А. Александровским выделены следующие этапы, развертывающиеся постепенно у человека, пережившего кратковременное экстремальное событие: «Нулевой период», «Острый период», _____ и «Хронический период».

Ответ: «Подострый период»

56. _____ включает стадию оцепенения и неверия с произвольными и малоосознанными действиями, стадию шока с явлениями сверхмобилизации.

(Ответ: острый период)

57. На фазе острого периода возможны _____, когда люди, оказавшиеся в одной группе, почти не вспоминают и не видят других.

(Ответ: тоннельные состояния)

58. Данный период наступает через месяц после события, для него типичны транзиторные состояния в виде страхов, навязчивостей, нарушений сна, психосоматических нарушений и т. д..., и называют его _____.

Ответ: подострый период

59. _____ длится от 6 месяцев до нескольких десятков лет. Характерны фиксация пережитых реакций, личностная патология с нарастанием симптоматики.

Ответ: хронический период

60. При стадии _____, характеризующаяся постепенной стабилизацией самочувствия и настроения при сохранении сниженного эмоционального фона. В конце стадии появляется желание выговориться, рассказы могут сопровождаться агитацией. Объективно наблюдаются истощение физиологических резервов, переутомление.

Ответ: стадия разрешения

61. Кризисная помощь - это _____ психологическая помощь человеку, находящемуся в состоянии кризиса.

(Ответ: экстренная)

62. В кризисной ситуации возможны два вида психологической помощи: кризисное консультирование и _____.

Ответ: кризисная психотерапия

63. Под _____ понимается способность сопереживать, чувствовать то, что чувствует другой человек, видеть мир его глазами.

Ответ: эмпатией

64. Оказывая помощь, важно помнить фразу «не навреди». Она относится к принципу _____.

Ответ: экологичности

65. В кризисной психологической помощи придается большое значение: от того как пройдет первая встреча, как сложится _____ может зависеть вся дальнейшая работа.

Ответ: первый контакт

66. Страх, беспокойство, многословные рассказы о случившемся это - _____ реакция.

Ответ: активная

67. _____ психотерапия основана на принципах логического анализа состояния, разъяснения его природы, причин, симптоматики, течения и прогноза. Этот подход способствует устранению неопределенности, снижению тревоги и напряжения, характерных для кризиса.

(Ответ: рациональная)

68. Данный _____ подход ставит перед собой цель исправления неадаптивных когний (поведенческих стратегий), мыслей, вызывающих беспокойство, травматических образов-воспоминаний затрудняющие решение проблемы.

Ответ: когнитивно –бихевиоральный

69. Психотерапевтическая работа в _____ подходе построена на исследовании клиентом основных данностей бытия

Ответ: экзистенциальном.

70. _____ — определенный синдром с психологической и соматической симптоматикой, этот синдром может возникать сразу же после кризиса, он может быть отсроченным, может явным образом не проявляться или, наоборот, проявляться в чрезмерно подчеркнутом виде.

ОТВЕТ: Острое горе

71. Активное слушание, готовность принять и облегчить чувства клиента являются неотъемлемыми и самыми важными моментами на всех этапах работы с _____.

ОТВЕТ: горем

72. В первый момент после потери близкого человек испытывает _____.

ОТВЕТ: шок

73. Фаза _____ наступает на 5-12 день после известия смерти.

ОТВЕТ: Поиска

74. Фаза _____ обычно наступает через год после утраты.

ОТВЕТ: завершения

75. Когда проявления горя незначительны или полностью отсутствуют, вместо них появляются соматические жалобы, например, «кластерная головная боль» таким образом может протекать _____.

ОТВЕТ: Подавленное горе

76. _____ горе — переживания утраты откладываются, «работа горя» прекращается и запускается в ситуации новой потери или при напоминании о прежней потере.

ОТВЕТ: Отставленное

77. _____ горе — признаки горя искажаются или усиливаются чувствами вины и гнева.

ОТВЕТ: Конфликтное

78. Для горящего самым важным является возможность разделить свое горе с _____.

ОТВЕТ: Другим.

79. Узнавая о серьезном диагнозе и неблагоприятном прогнозе течения, больной часто испытывает _____.

ОТВЕТ: страх.

80. Конечные стадии жизни, характеризующиеся необратимым состоянием угасания функций организма называют _____.

ОТВЕТ: Терминальными состояниями

81. Расставание с чем-то или кем-то кто-то, кто имел витальный смысл и большое значение для скорбящего называют _____.

Ответ: утратой

82. Э. Линдемманн выделяет следующие этапы переживания горя: «шок и оцепенение», _____ и «фаза острого горя».

Ответ: фаза поиска

83. При _____ горе: признаки переживания потери отсутствуют, чувства отрицаются.

Ответ: отсутствующем

84. _____ горе - определенный синдром с психологической и соматической симптоматикой, этот синдром может возникать сразу же после кризиса, он может быть отсроченным, может явным образом не проявляться или, наоборот, проявляться в чрезмерно подчеркнутом виде.

Ответ: острое

85. В процессуальном плане детское горе так же, как и взрослое, проходит ряд стадий: шок и оцепенение; отрицание; поиски; гнев; вина; страдание; _____; завершение

Ответ: реорганизация

86. Задачи горя: _____; пережить боль потери; организация окружения, где ощущается отсутствие усопшего; выстроить новое отношение к умершему и продолжать жить.

Ответ: признание факта потери

87. Вместо типичного синдрома могут наблюдаться _____, каждая из которых представляет какой-нибудь особый аспект синдрома горя.

(Ответ: искаженные картины)

88. Искаженные картины соответствующими методами терапии могут быть трансформированы в _____ реакцию горя, сопровождающуюся разрешением.

Ответ: нормальную

89. У испытывающего кризис человека возникают _____ относительно привычных для него ценностей и целей.

Ответ: Сомнения;

90. _____ горе, его проявления могут быть незначительны, вместо них появляются соматические жалобы, например, «кластерная головная боль».

(Ответ: подавленное не прожитое).

91. Доктор Э. Кюблер-Росс, занимавшаяся уходом за умирающими больными, выделяет _____ эмоциональных стадий, через которые проходит умирающий человек.

ОТВЕТ: пять

92. Первый период умирания по Э. Кюблер-Росс, во время которого резко снижается артериальное давление, прогрессирует угнетение сознания, падает электрическая активность мозга, нарастает кислородное голодание органов и тканей называют _____.

ОТВЕТ: Преагональное состояние

93. Второй период умирания по Э. Кюблер-Росс. Исчезает болевая чувствительность, угасают все рефлексы, наступает потеря сознания называют _____.

ОТВЕТ: Агония

94. Доминирующими в определенный период по Э. Кюблер-Росс являются высказывания: «Только не я», «Не может быть», «Это не рак» в стадию _____.

ОТВЕТ: Отрицания

95. Четвертая стадия — реактивная, которая, как правило, сочетается с чувством вины и обиды, жалости и горя является стадия _____.

ОТВЕТ: депрессии

96. Основным содержанием фазы по Э. Кюблер-Росс где является попытка больного взять под контроль свои состояние, жизнь, путем обещания всем окружающим, врачу, Богу всего, чего угодно в стадии _____.

ОТВЕТ: Торга

97. Данная фаза по Э. Кюблер-Росс является финальной, она означает примирение с судьбой _____.

ОТВЕТ: Фаза принятия

98. Учреждение, где осуществляется комплексная поддержка умирающих для оказания паллиативной помощи называется _____.

ОТВЕТ: Хоспис

99. Форма невозможного для личности, неотвратимого кризисного реагирования, в основе которой чаще всего лежит переплетение острого психологического кризиса, индивидуальных особенностей и качеств, а также провоцирующих внешних обстоятельств является _____.

ОТВЕТ: суицид

100. Форма состояние сознания, где человек сконцентрирован на своей боли, полностью поглощен ею и своими мучительными переживаниями называют _____.

ОТВЕТ: Туннельное состояние сознания

101. _____ называют любые внутренние и внешние формы психически актов, направляемые представлениями о лишении себя жизни.

ОТВЕТ: Суицидальным поведением

102. Суицид, часто совершаемый при кратковременном, спонтанном, внезапно наступившем состоянии интенсивного аффекта называют _____.

ОТВЕТ: Демонстративным

103. _____ самоубийство подразумевает безоговорочное принятие решения индивидуумом прекратить жизнь, проведение предварительных подготовительных мероприятий и составление четкого плана.

ОТВЕТ: Истинное

104. Психическое расстройство, суть которого заключается в угнетении психической деятельности, преимущественно в ее эмоционально-волевой составляющей называют _____.

ОТВЕТ: Депрессия

105. Человека, совершившего попытку суицида, либо демонстрирующего суицидальные наклонности называют _____.

ОТВЕТ: Суицидент

106. Суицид – совершаемый в состоянии аффекта (сильной эмоциональной вспышки) называют _____.

ОТВЕТ: Аффективный

107. О приближении суицида свидетельствует _____ период.

ОТВЕТ: Предсуицидальный

108. Этап, в котором проявляются суицидальные намерения, суицидальные мысли, суицидальная готовность, суицидальные угрозы, т.е. период, когда принято решение о самоубийстве называется – _____.

ОТВЕТ: суицидальный

109. По Райтеру и Штроцка - события с неопределенным исходом и сопряженные с опасностью потерь.

ОТВЕТ: Психологический кризис.

110. _____ состояние, характеризующееся столкновением интересов при их высокой значимости для человека. Конфликт затрагивает согласованность внутреннего мира человека.

ОТВЕТ: Конфликт.

111. Кризис как психологическое состояние характеризуется особым переживанием высокого напряжения переходящего в _____.

ОТВЕТ: Тревогу.

112 . Чувство, переживаемое в кризисе - это _____, которая переживается, как невозможность справиться с ситуацией, как состояние, когда «почва уходит из-под ног».

ОТВЕТ: Беспомощности.

113. Переживание тягостного состояния при разлуке / разлученности невозможности быть рядом со значимым человеком, либо невозможности вернуться в ситуацию сопровождается острым ощущением _____ .

ОТВЕТ: Тоски.

114. Это состояние часто возникает при переживании горя как отношение к кому либо или / чему либо утраченному или нереализованному и называется _____

ОТВЕТ: Печаль.

115. Понятие _____ соотносится с понятием осложняющего кризиса, при котором происходит остановка или угнетение жизнедеятельности человека и возникает деструктивное, патогенное влияние на физическое и психическое здоровье человека, блокируется реализация его жизненного замысла.

ОТВЕТ: Психотравма.

116. Данные кризисные состояния возникают в переходный период между возрастными этапами. Возраст обозначает временную характеристику индивидуального развития их называют _____ .

ОТВЕТ: Кризисы развития.

117. Количество лет, прожитых человеком называют _____ .

ОТВЕТ: Хронологический возраст.

118. Когда возраст обозначает определенную качественно-своеобразную ступень развития человека, обусловленную закономерностями формирования организма, условиями жизни, обучения и воспитания и имеющую конкретное общественно-историческое происхождение его называют _____ возрастом.

ОТВЕТ: Психологическим.

119. Травма – или травматизация, вызванная непосредственным воздействием экстремальных стресс-факторов, где создается реальная угроза для жизни человека в кризисной психологии принято называть _____ .

ОТВЕТ: Первичной.

120. Травма / травматизация специалиста, оказывающего психологическую помощь пострадавшему оказавшемуся под влиянием непосредственным воздействием экстремальных стресс-факторов в кризисной психологии принято называть _____ .

ОТВЕТ: Вторичной.

121. Реакция переноса чувств у психотерапевта, когда он реагирует на своего клиента так же, как на значимую личность в истории своей жизни, осознает это, способен контейнировать свои чувства и может это использовать в психотерапевтическом альянсе, называют _____ .

ОТВЕТ: Контрперенос.

122. Возможность соответствия самому себе и своим чувствам означает, что психолог - консультант ведет себя в соответствии с теми чувствами, которые испытывает, не прячась за «маски». При решении возникающих жизненных задач позволяет себе не знать все ответы на жизненные вопросы и принимает на себя ответственность за свой выбор это называют _____.

ОТВЕТ: Аутентичность.

123. Значимое для субъекта изменение в окружающей действительности (внутренней и внешней), которое приводит к невозможности реализации его жизненно важных процессов это _____.

ОТВЕТ: Кризисное событие.

124. Экстренная психологическая помощь человеку, находящемуся в состоянии острого кризиса называют _____.

ОТВЕТ: Кризисной помощью.

125. В кризисной ситуации возможны два вида психологической помощи: кризисное консультирование и _____.

ОТВЕТ: Кризисная психотерапия.

126. _____ - это немедленная краткосрочная психологическая помощь, направленная на то, чтобы помочь человеку в кризисной ситуации восстановить равновесие в био-психо-социальном функционировании и свести к минимуму вероятность возникновения долгосрочной психологической травмы.

ОТВЕТ: Кризисная психотерапия.

127. _____ - это консультативная помощь, направленная на актуальное психическое состояние человека.

ОТВЕТ: Кризисное консультирование.

128. _____ - тяжёлое психическое состояние, возникающее в результате единичного острого или повторяющихся негативных событий, оказывающих сверхмощное негативное воздействие на психику индивида.

ОТВЕТ: Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

129. Факт переживания острого травматического стресса для некоторых людей становится причиной появления у них в будущем _____.

ОТВЕТ: Посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).

130. Сталкиваясь с потерей _____, человек проходит 5 основных этапов: шок, гнев, торг, _____ депрессия _____ и _____ принятие.

ОТВЕТ: (Горем).

131. Синдром с психологической и соматической симптоматикой, этот синдром может возникать сразу же после потери, может быть отсроченным, может явным образом не проявляться или, наоборот, проявляться в чрезмерно виде это проявления _____.

ОТВЕТ: (острого горя).

132. Защитная механизмы и реакции психики, позволяют человеку постепенно привыкнуть к утрате и принять ее, т.к. это слишком большое потрясение _____.

ОТВЕТ: (Фазы или этапы горевания)

133. Фаза _____ - длится до 6-7 недель с момента трагического события. Это период наиболее острых страданий, сильной душевной боли. Возникают ощущения бессмысленности, чувства отчаяния, одиночества, страх, вина, тревога, беспомощность. ОТВЕТ: (Фаза острого горя).

134. Фаза _____ - наступает на 5-12 день после известия смерти. Человеку кажется, что умерший присутствует рядом; возможны «узнавания» умершего среди толпы: «это его лицо промелькнуло». Переживания узнавания характеризуются реалистичностью.

ОТВЕТ: (Фаза поиска).

135. «Техники» группа словесных приемов (выяснение, перефразирование, отражение чувств, резюмирование), направленных, во-первых, на углубление и проверку понимания клиента психологом, во-вторых, на возникновение у клиента чувства, что психолог его понимает, в-третьих, на углубление понимания клиентом самого себя называют _____ техниками _____ слушания.

ОТВЕТ: (Рефлексивного слушания).

136. Один из первых исследователей переживания утраты, в работе «Печаль и меланхолия» пишет, что реакция на потерю любимого - тяжелая печаль - «отличается страдальческим настроением, потерей интереса к внешнему миру - поскольку он не напоминает умершего, потерей способности выбирать какой-нибудь новый объект любви...» _____ автор _____.

ОТВЕТ: (Зигмунд Фрейд).

137. На определенной стадии горевания эмоции могут начать стабилизироваться. Человек снова входит в реальность. Соглашаясь с тем, что "новая" реальность такова, что в ней нет значимого человека и он уже никогда не вернется – и при этом вы в порядке. Это не "хорошо", но это то, с чем вы можете справиться и жить дальше. Это время для корректировки и изменений в вашей жизни без близкого человека _____.

ОТВЕТ: (Принятия).

138. Фазы подлинного и острого периода страдания, сопровождаемые интенсивными и часто смешанными, негативными переживаниями называют _____.

139. ОТВЕТ: (стадии агрессии и депрессии).

140. Совершенный акт членовредительства, целью которого является смертельный исход, но который не приводит к смерти называют - _____.

ОТВЕТ: (Парасуицид /Суицидальная попытка).

141. Термин, обозначающий все проявления суицидальной активности называют _____.

ОТВЕТ: (Суицидальное поведение)

142. Человека, совершившего попытку суицида, либо демонстрирующего суицидальные наклонности используют термин _____.

ОТВЕТ: (Суицидент).

143. Особенности сложившейся ситуации, настроения, особенности в когнитивной сфере в предпринимаемой деятельности проявляющиеся в высказываниях человека, которые являются показателями и увеличивают степень риска суицидального поведения принято называть термином _____.

144. ОТВЕТ: (Индикаторы суицидального риска)

145. Основным звеном в профилактическом направлении работы предотвращения самоубийств является анонимная телефонная служба _____, которая была основана в 1953 г.

ОТВЕТ: («Телефон доверия»)

146. Д. Калшед ссылается на мнение К.Г. Юнга о том, что _____ представляет собой расщепление психики «на множество различных комплексов, каждый из которых содержит определенный набор архетипических мотивов или образов в своей сердцевине».

ОТВЕТ: Психотравма.

147. Н.В. Тарабрина рассматривает _____ как процесс, посредством которого определенные психические функции, обычно интегрированные с другими

функциями, действуют в той или иной степени обособленно или автоматически и находятся вне сферы сознательного контроля индивида и процессов воспроизведения памяти.

ОТВЕТ: Диссоциацию.

148. Психотерапия, в процессе которой рассматриваются установки клиента по отношению к тем универсалиям жизни, которые составляют ядро любого кризисного переживания _____.

ОТВЕТ: (Экзистенциальная).

149. _____ диссоциация обуславливает отчуждение чувств и эмоций, связанных с психотравмирующей ситуацией.

ОТВЕТ: Вторичная.

150. Х. Оппенгейм (1889) ввел термин _____ для диагностики психических расстройств у участников боевых действий.

ОТВЕТ: Травматический невроз.



Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Саратовский государственный медицинский
университет имени В. И. Разумовского»
Министерства здравоохранения Российской Федерации

КАФЕДРА философии, гуманитарных наук и психологии

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой философии,
гуманитарных наук и психологии
_____ Е.А. Андриянова
от 06 марта 2023 № 10

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

Дисциплина Психология кризисных состояний _____

Специальность (направление подготовки) Клиническая психология _____

Форма обучения очная _____

Курс 2 Семестр 4

Составители: Девличарова Р. Ю.

Одобрены на заседании учебно-методической конференции кафедры
протокол от «06» марта 2023 г. №10.

1. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ К ПРАКТИЧЕСКИМ ЗАНЯТИЯМ

Практическое занятие № 1

Тема: Проблема кризиса в современной психологии. Понятия «психологический кризис», «кризисные состояния». Виды кризисов и кризисных ситуаций.

Перечень рассматриваемых вопросов:

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

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Какое определение кризиса Вы можете дать сами?
2. Придумайте ситуацию и попробуйте проанализировать, является ли она: стрессовой, фрустрирующей, конфликтной или кризисной.
3. Дайте определение понятию «переживание».
4. Рассмотрите свою кризисную ситуацию. Какие этапы переживания кризиса в ней Вы можете обнаружить? Какие функции выполнил данный кризис в Вашей жизни?
5. Опишите виды кризисных переживаний.

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Задание 1.

Вставьте пропущенные слова:

Сублимация – приемлемая для данной культуры трансформацияинстинктов в какую-либо общепринятую сферу (художественную, интеллектуальную, социальную и т.д.), где они могли бы раскрыться.

Рационализация – для проблем, вызывающих страх, ищетсяобъяснение, чтобы избавиться их от угрожающего содержания.

Отрицание – потенциально травматическая реальность как таковая.

Вытеснение – мысли, образы или воспоминания, вызывающие страх, вытесняются в

Регрессия – переход какой-то формы психической организации на более ступень.

Проекция – желания или чувства, вызывающие страх, приписываются

Задание 2.

Вставьте пропущенные слова:

Паника – это временное переживание страха, определяющее поведение людей, иногда с полной потерей самообладания, к реагированию на призывы и изменения чувства долга и чести.

Задание 3.

Какие из перечисленных кризисов относятся к нормативным:

- 1) кризис среднего возраста;
- 2) кризис адаптации к жизни после развода;
- 3) кризис отказа от материнства;
- 4) кризис подросткового возраста;
- 5) кризис самоопределения личности;
- 6) кризис идентичности;
- 7) кризис заболевания ребенка;
- 8) кризис выхода на пенсию.

Задание 4.

Существует несколько классификаций стрессоров. Одна из них основана на участии стрессоров в организации эмоционально-стрессовой реакции у человека. Всего выделяется четыре группы стрессоров: а) стрессоры активной деятельности, б) стрессоры оценок, в) стрессоры рассогласования деятельности, г) физические и природные стрессоры. Разнесите перечисленные ниже стрессоры по предложенным группам.

- 1) стрессоры предстоящих состязаний;
- 2) стрессор сильного звука, качки, жары и т.д.;
- 3) стрессоры зрелищ;
- 4) стрессоры психосоциальной мотивации (соревнования, конкурсы, экзамены);
- 5) стрессор конфликта в семье;
- 6) стрессор сенсорной депривации;
- 7) стрессор заболевания;
- 8) стрессор успеха в искусстве;
- 9) стрессор подводных погружений или парашютных прыжков;

- 10) стрессор любви;
- 11) стрессор ожидания угрозы;
- 12) стрессор ограничения обычной сферы общения и деятельности и т.д.

Рекомендуемая литература.

1. Анциферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и "техники" ее бытия / Психологический журнал. - 1993. - №2. - С. 3-16.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 200 с.
3. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. - Гродно: ГрГУ, 2002. - 167 с.
4. Карцева Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. - 1988. - №5. - С.121-128.
5. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. В кн.: Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - С. 238-246.
6. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. - М.: Психологическая ассоциация РФ, 1998. - 496 с.
7. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
8. Осипова А.А.. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
9. Психология состояний. Хрестоматия / Сост. Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров / Под ред. проф. А.О. Прохорова. - М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. - 608 с.
10. Психотерапевтическая энциклопедия. / Под ред. Б.Д. Карвасарского - 3-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Питер-Юг, 2006. - 944 с.
11. Селье Г. Очерки об адапционном синдроме: Пер. с англ. - М., 1960. - 128 с.

Практическое занятие № 2

Тема: Феноменология кризисов развития личности Особенности нормативных и / или возрастных кризисов

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Подходы к возрастной периодизации.
2. Особенности протекания кризисов в раннем детстве.
3. Кризисные переживания ребенка в школьном возрасте.
4. Кризисы у взрослых: феноменология переживания.
5. Этапы психологического старения.
6. Этапы психологической помощи при индивидуальном нормативном кризисе.
7. Кризисы семейной жизни.
8. Психотерапевтические подходы в оказании кризисной помощи.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. В чем особенность кризиса трех лет?
2. Какие, с Вашей точки зрения сходства и отличия кризисов раннего возраста и подросткового кризиса?
3. Мать 2,5 летнего ребенка говорит на консультации, что она уважает позицию ребенка, поэтому во всем его слушается. Прокомментируйте ситуацию.
4. Чем, с Вашей точки зрения, вызвана установка враждебности в старческом возрасте?
5. Какие переживания характерны для кризиса середины жизни?
6. На каком этапе психологической работы с кризисом важно поддерживать пробование новых способов преодоления кризиса?
7. Что такое «триангуляция»? Кто предложил этот термин?
8. Какие поведенческие методы работы с семьей Вы знаете?
9. Перечислите методы работы с семьей, направленные на развитие у ее членов процесса осознания?

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Написание эссе «Особенности прохождения возрастных кризисов. Анализ возрастного этапа»

1. Сравните мнения С. Холла и Л.С. Выготского о кризисе подросткового возраста.

Чья точка зрения вам ближе? Почему?

Рекомендуемая литература.

1. Анциферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и "техники" ее бытия / Психологический журнал. - 1993. - №2. - С. 3-16.
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический проект, 2006. - 240 с.
3. Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И. Детский психоанализ: Школа Анны Фрейд: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 288 с.
4. Бурлачук А.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. - М.: Российское педагогическое агентство, 1998. - 263 с.
5. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 200 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т. 4. Детская психология/Под ред. Д.Б. Эльконина. - М.: Педагогика, 1984. - 432 с.
7. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. - Гродно: ГрГУ, 2002. - 167 с.
8. Карцева Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. - 1988. - №5. - С.121-128.
9. Кочарян Г.С., Кочарян А.С. Психотерапия сексуальных и супружеских расстройств. - М.: Медицина, 1994. - 224 с.
10. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. В кн.: Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - С. 238-246.
11. Лэсли Б. Кейлис, Рут МакКлендон. Супружеская и семейная терапия: учебное пособие. - М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. - 208 с.
12. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. - М.: Психологическая ассоциация РФ, 1998. - 496 с.
13. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
14. Сатир В. Психотерапия семьи. - СПб.: «Речь», 2000. - 284 с.
15. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика / Пер. с англ. - М.: Когито-Центр, 2012. - 496 с.

Практическое занятие № 3

Тема: Личность консультанта, оказывающего кризисную помощь

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Разработка проблем развития личности в психологии.
2. Деятельность и общение как основные источники развития личности и их роль в системе отношений "общество - психолог - пациент".
3. Личностные качества специалиста в кризисном консультировании
4. Учет возрастных особенностей личности пациента в деятельности клинического психолога.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.
2. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.
3. Соотношение понятий: фрустрация, стресс, конфликт, кризис.
4. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов: определение, причины возникновения, динамика, варианты исхода.
5. Каких личностных качества необходимы психологу
6. В чем суть гуманистической, психоаналитической и активизирующей парадигм консультирования.
7. С какими запросами приходится работать психологу-консультанту в кризисном подходе
8. Перечислите фазы развития стрессовых состояний у безработных.
9. Какие задачи должен ставить перед собой психолог-консультант, приступающий к консультированию родителей по поводу их ребенка.
10. Опишите примерный алгоритм (этапы) беседы с родителями.
11. Какие причины обращений родителей могут быть связаны непосредственно с детьми-дошкольниками?
12. Назовите типичные причины обращений за консультацией, связанные с самими родителями.
13. Перечислите основные школьные проблемы и возможные их причины.
14. Как строится работа психолога-консультанта по поводу школьных проблем ребенка?
15. Выделите 3 направления консультирования в области детско-родительских отношений.

16. На ваш взгляд, что позволяет быть устойчивым психологу – консультанту.

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

1. подготовка рефератов:

- 1) «Профилактика посттравматического стрессового расстройства».
- 2) «Самопомощь и саморегуляция при работе в экстремальных ситуациях».
- 3) Тревога как фактор психической адаптации».
- 4) «Обзор теорий тревожности».

- для закрепления знаний:

1. ответы на контрольные вопросы:

- ✓ Охарактеризуйте стресс.
- ✓ Какие виды стресса вы знаете?
- ✓ Опишите основные этапы стресса.
- ✓ Охарактеризуйте свои переживания, возникающие в результате стресса.

Рекомендуемая литература.

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. - М.: Издательство «Корвет», 2011. - 320 с.
3. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии.- М.: «Класс», 2001. - 464 с.
4. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 197 с.
5. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Г ештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
6. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.
7. Сименс Х. Практическое руководство для Гештальттерапевтов. Пер с голландского - СПб: «Издательство Пирожкова», 2008. - 168 с.

Практическое занятие № 4

Тема: Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Основные подходы к пониманию понятия «кризис».
2. Понятия, используемые в кризисной психологии (стресс, фрустрация, конфликт, психологическая травма) их категориальное пространство
3. Основные характеристики кризисного переживания.
4. Виды кризисных переживаний.
5. Этапы развития кризиса.
6. Функции кризисного переживания.
7. Модели психологической травмы в разных психологических подходах.
8. Определение и феноменология процесса диссоциации.
9. История исследования психологической травмы.
10. Острые и отдаленные последствия психологической травмы.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Какое определение кризиса Вы можете дать сами?
2. Придумайте ситуацию и попробуйте проанализировать, является ли она: стрессовой, фрустрирующей, конфликтной или кризисной.
3. Дайте определение понятию «переживание».
4. Рассмотрите свою кризисную ситуацию. Какие этапы переживания кризиса в ней Вы можете обнаружить?
5. Какие функции выполнил данный кризис в Вашей жизни?
6. Опишите виды кризисных переживаний.
7. Виды психологических травм.
8. Что означает понятие психологическая травма?
9. В чем особенности психологической травмы по сравнению с кризисом, фрустрацией, конфликтом?
10. Что такое «психогенная смерть»? Что такое «вина выжившего»?
11. Какие изменения в интеллектуальной сфере возникают в результате психологической травмы?

12. Какие изменения в эмоциональной сфере возникают в связи с психологической травмой?
13. Что такое феномен деперсонализации и как он соотносится с процессом диссоциации?
14. Какие признаки ПТСР с Вашей точки зрения являются самыми тяжелыми и почему?

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Цель самостоятельной работы: овладение фундаментальными знаниями, закрепление и систематизация знаний по теме.

1.1. ответы на контрольные вопросы:

- Охарактеризуйте стресс.
- Какие виды стресса вы знаете?
- Опишите основные этапы стресса.
- Охарактеризуйте переживания, возникающие в результате стресса.

1.2. На основе конспекта лекций составьте таблицу для систематизации ответа.

- Выделите основные понятия (критическая ситуация, переживание, стресс, дистресс, фрустрация, конфликт, кризис), сопоставьте их друг с другом, опишите связи между ними.
- Чем внутренние кризисы отличаются от внешних? Какие из них чаще встречаются?
- Дайте определение критической ситуации.
- Какие виды критических ситуаций вы знаете?
- Охарактеризуйте кризис.
- Охарактеризуйте стресс. Охарактеризуйте фрустрацию.

Рекомендуемая литература.

1. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 200 с.
2. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. - Гродно: ГрГУ, 2002. - 167 с.
3. Карцева Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. - 1988. - №5. - С.121-128.
4. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. В кн.: Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - С. 238-246.

5. Магомед-Эминов М.Ш. Трансформация личности. - М.: Психоаналитическая ассоциация РФ, 1998. - 496 с.
6. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
7. Осипова А.А.. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
8. Психология состояний. Хрестоматия / Сост. Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров / Под ред. проф. А.О. Прохорова. - М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. - 608 с.
9. Психотерапевтическая энциклопедия. / Под ред. Б.Д. Карвасарского - 3-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Питер-Юг, 2006. - 944 с.
10. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме: Пер. с англ. - М., 1960. - 128 с.

Практическое занятие № 5

Тема: Понятие психической травмы и ее последствий.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Определение психологической травмы.
2. Модели психологической травмы в разных психологических подходах.
3. Определение и феноменология процесса диссоциации.
4. История исследования психологической травмы.
5. Острые и отдаленные последствия психологической травмы.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

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

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

Рекомендуемая литература.

1. Александровский Ю.А. и др. Психогении в экстремальных ситуациях//Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия/Сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченко. - Мн.: Харвест, 2000. - С. 154-220.
2. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
3. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 200 с.
4. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.
5. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Аффект - Травма - Алекситимия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2006. - 800 с.
6. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 197 с.
7. Левин П. Пробуждение тигра - исцеление травмы. - М.: АСТ, 2007.
8. Многоосевая классификация психических расстройств в детском и подростковом возрасте. Классификация психических и поведенческих расстройств у детей и подростков в соответствии с МКБ-10. - М.: Смысл; СПб.: Речь, 2003. - 407 с.
9. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
10. Тарабина Н.В., Лазебная Е.О. Синдром посттравматических стрессовых нарушений: современное состояние проблемы // Психологический журнал. - 1992. - № 2. - С.15-25.
11. Тарабина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб.: Питер, 2001. - 272 с.
12. Трубицына Л.В. Процесс травмы. М.: Смысл; ЧеРо, 2005. - 218 с.
13. Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов. - М.: Академический Проект, 2005. - 848 с.
14. Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе. Очерк истории

психоанализа. - СПб.: «Алетейя», 1999. - 256 с.

15. Ясперс К. Общая психопатология. - М.: Практика, 1997. - 1053 с.

Практическое занятие № 6

Тема: Методы и основные принципы психологической помощи в кризисной ситуации. Методы диагностики ПТСР

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Определение психологической травмы.
2. Модели психологической травмы в разных психологических подходах.
3. Определение и феноменология процесса диссоциации.
4. История исследования психологической травмы.
5. Острые и отдаленные последствия психологической травмы.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Что означает понятие психологическая травма?
2. В чем особенности психологической травмы по сравнению с кризисом, фрустрацией, конфликтом?
3. Что такое «психогенная смерть»? Что такое «вина выжившего»?
4. Какие изменения в интеллектуальной сфере возникают в результате психологической травмы?
5. Какие изменения в эмоциональной сфере возникают в связи с психологической травмой?
6. Что такое феномен деперсонализации и как он соотносится с процессом диссоциации?
7. Какие признаки ПТСР с Вашей точки зрения являются самыми тяжелыми и почему?
8. Последствия переживания психологической травмы, критерии ПТСР.
9. Что собой представляет острая реакция на стресс по МКБ-10(F43.0).
10. Какие выделены следующие этапы Ю.А. Александровским (2000), развертывающиеся постепенно у человека, пережившего кратковременное экстремальное событие.
11. Характеристика «Стойкого изменения личности после переживания катастрофы (F62.0)» по МКБ-10.

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Подготовка по вопросам темы:

1. Психотерапия травмы предполагает работу со следующими основными симптомами психологической травмы: перевозбуждение, спазмы, диссоциация, реакция избегания, реакция вторжения, ощущение беспомощности, неспособность действовать, оцепенение.

Соматическая психотерапия ПТСР. Психологическая работа заключается в пошаговом восстановлении диссоциированных связей между «Я» и телесными ощущениями, между «Я» и окружающим миром, в восстановлении целостности переживания и дальнейшей разрядки скопившейся энергии реакций (борьба или побег), незавершенных во время травматизации.

Упражнение «Постукивания» направлено на восстановление ощущений тела: Начните с легкого постукивания кончиками правой руки по левой ладони. Повторяйте это до тех пор пока не добьетесь отчетливого физического осознания, что эта ладонь Ваша. Затем остановитесь и в течение некоторого времени изучайте ощущения, наполняющие ладонь. Что Вы чувствуете? Легкое покалывание? Вибрацию? Онемение? Прилив тепла? Холод? Посмотрите на свою ладонь и скажите вслух: «Это моя ладонь. Это ладонь принадлежит мне, она часть меня» (найдите свои слова, чтобы выразить мысль о том, что Вы владеете этой частью тела).

Упражнение «Заземление» направлено на восстановление ощущения опоры под ногами, нарушающееся при травме: Встаньте прямо, почувствуйте, что Ваши стопы твердо стоят на полу. Обратите внимание, как напряглись крупные мышцы Ваших ног. Ощутите, как Ваши подошвы плотно соприкасаются с полом. Медленно покачайтесь из стороны в сторону, а потом вперед - назад. Попробуйте обнаружить центр тяжести Вашего тела. Положите кисти рук на нижнюю часть живота и ощутите центр тела.

Гештальт терапия ПТСР. Работа с ПТСР направлена на постепенное «размораживание» травматического комплекса, представляющего собой сочетание состояния замирания, диссоциативных феноменов, тревоги, беспомощности, утраты осознанности и свободы обращения субъекта с реальностью. Значительную роль в психотерапии травмы играет восстановление у клиента функции ярости, утрачиваемой в травматической ситуации. Утрата ярости блокирует в травматической ситуации реализацию поведения, направленного на спасение (бегство или борьба), что приводит к застаиванию энергии данных незавершенных

действий.

Упражнение «Проигрывание» направлено на восстановление свободы обращения с реальностью, размораживание телесной скованности, завершение незавершенных в травматической ситуации действий: вспомните ситуацию из своей жизни, в которой Вы получили физическое повреждение. Мысленно представьте последовательно всю ситуацию и обнаружьте момент, в котором Вы не могли уже предотвратить происходящее и переживали беспомощность. Вернитесь к моменту до возникновения чувства беспомощности и пофантазируйте, какие действия Вы могли бы (возможно хотели) предпринять, если бы были наделены необычной ловкостью, смелостью, изобретательностью и так далее. Фантазируйте, обращая внимание на свои телесные переживания, давая себе интегрировать новый опыт завершения ситуации.

Бихевиоральная терапия ПТСР. Направлена на изменение дисфункционального поведения для лучшего удовлетворения своих потребностей, обучению процессу принятия решений.

Упражнение «Моделирование поведения»: Участнику предлагается подходящим для него способом продемонстрировать свое поведение в группе. Другим участникам группы следует отозваться, в какой степени продемонстрированное им поведение является уверенным. Желающие участники могут (на основе показанного примера) смоделировать свои примеры уверенного поведения. Полученные результаты обсуждаются в группе, наиболее подходящие модели поведения усваиваются.

Рекомендуемая литература.

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. - М.: Издательство «Корвет», 2011. - 320 с.
3. Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал, 1997, №4 (18). С. 123-146.
4. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. - СПб.: Речь, 2003. - 248 с.
5. Игумнов С.А. Клиническая психотерапия детей и подростков: Справ. пособие. - Мн.: Белорусская наука, 1999. - 189 с.
6. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.

7. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 197 с.
8. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Аффект - Травма - Алекситимия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2006. - 800 с.
9. Левин П. Пробуждение тигра - исцеление травмы. - М.: АСТ, 2007. - 320 с.
10. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
11. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с.
12. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.

Практическое занятие № 7

Тема: Стратегии совладания с экстремальными ситуациями копинг-стратегии (coping стратегии)

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Взаимозависимость субъективных, личностных и объективных, ситуационных факторов на качество индивидуальной регуляции поведения в экстремальной ситуации.
2. Понятие защитного поведения в работах (defensive behavior) З.Фрейда.
3. Понятие копинг-стратегии coping (от англ. cope - справляться, приспосабливаться) как сумма когнитивных и поведенческих усилий, затрачиваемых индивидом для ослабления стресса, в работе Р. Лазаруса.
4. Два типа копинг-поведения в зависимости от направленности усилий по Р.Лазарусу.
5. Три основных подхода к пониманию совладающего поведения, в настоящее время в психологии.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. На что нацелен диспозиционный подход, на поиски ответа на какие вопросы?
2. Существуют ли особые стили совладания с экстремальными условиями и какие черты личности, составляющие диспозиции, позволяют лучше справляться с трудностями?
3. На чем сосредоточено внимание представителей данного подхода, на решение каких задач?
4. Выявление, каких личностных особенностей, способствующих эффективности деятельности человека в экстремальных обстоятельствах, будет важно?

5. Какие личностные качества, будут влиять отрицательно на адекватность преодоления сложных ситуаций?.
6. Как экстравертированность связана с отреагированием, (т.е. потребностью выговориться, добросовестность - с потребностью в личностном росте, а открытость - с поисками новой информации и новых путей решения проблемы)?
7. Чем характерен ситуационный подход ?
8. Как концентрация на процессе, динамике преодоления экстремальных ситуаций и изучении специфических стратегий, могут быть полезными в конкретных экстремальных ситуациях?
9. На что обращают внимание исследователи, работающие в рамках ситуационного подхода?
10. Как от оценки степени угрозы, оценки ресурсов, необходимых для совладания с ситуацией, оценки собственных действий в ситуации, будет зависеть выбор совладающей модели поведения?
11. Как именно субъективная представленность ситуации для личности и определяет реакции человека и способы совладания с ситуацией?
12. В чем состоит психологическое предназначение копинга в работах Т.Л. Крюковой?
13. Какие представления выделяют об основных механизмах совладающего поведения в рамках интегративного подхода?

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. - М.: Издательство «Корвет», 2011. - 320 с.
3. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. - СПб.: Речь, 2003. - 248 с.
4. Игумнов С.А. Клиническая психотерапия детей и подростков: Справ. пособие. - Мн.: Белорусская наука, 1999. - 189 с.
5. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.
6. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 197 с.
7. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Аффект - Травма - Алекситимия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2006. 800 с.
8. Левин П. Пробуждение тигра - исцеление травмы. - М.: АСТ, 2007. - 320 с.

9. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
10. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с.
11. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.

Практическое занятие № 8

Тема: Основные принципы оказания психологической помощи при утрате.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Понятие утраты, виды утрат.
2. Этапы переживания горя.
3. Факторы, осложняющие переживание горя.
4. Формы осложненного горя.
5. Культуральные особенности переживания горя.
6. Психологическая помощь на разных этапах переживания горя.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

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

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме:

1. Составить конспект по тексту:

Фрейд З. Печаль и меланхолия

Посмотреть фильмы:

«Мачеха» 1973г.:

отметить особенности протекания процесса горевания у детей. Разработать рекомендации для близких взрослых для оказания помощи детям потерявшим одного или обоих родителей.

«Землетрясение» 2016г. (о природной катастрофе 7 декабря 1988г.):

отметить особенности поведения людей при ОСР, особенности поведения и первой помощи при катастрофах.

Рекомендуемая литература.

1. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический проект, 2006. - 240 с.

2. Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал, 1997, №4 (18). С.123-146.
3. Заманаева Ю.В. Переживание утраты близкого как процесс изменений во внутреннем плане личности. Дис. канд...психол. наук. - СПб., 2004. - 320 с.

Практическое занятие № 9

Тема: Смерть и умирание. Работа с терминальными больными

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Динамика психологических реакций умирающего.
2. Психологические реакции человека, оказавшегося перед лицом смерти (часто в результате неизлечимой болезни).
3. Этапы по схеме Элизабет Кюблер-Росс. Она описала следующие пять этапов психологических реакций умирающих.
4. Главная психологическая мишень, на которую нацелены психокоррекционные, (психотерапевтические) воздействия, является страх человека перед установлением врачами «смертельного» диагноза (рак, СПИД), перед мучительными болями, а также страх самой смерти (Сидоров, Парняков, 2000).

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Перечислите 5 этапов психологических реакций умирающих.
2. В чем заключается основная задача психолога-консультанта в работе с умирающим?
3. К каким экзистенциальным вопросам могут обращаться клиенты психологических служб?
4. Чем отличаются психотические и непсихотические депрессии?
5. Перечислите основные симптомы непсихотической депрессии.
6. Какие цели являются приоритетными в работе с депрессивными клиентами?
7. В каких случаях все-таки стоит склонить клиента к обращению за медицинской помощью?
8. Какие формы страха можно отнести к патологическим?
9. В чем заключается тактика консультанта в работе с клиентом, испытывающим страх?

Рекомендуемая литература.

1. Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал, 1997, №4 (18). С.123-146.
2. Заманаева Ю.В. Переживание утраты близкого как процесс изменений во внутреннем

- личности. Дис. канд...психол. наук. - СПб., 2004. - 320 с.
3. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.
 4. Сименс Х. Практическое руководство для Гештальттерапевтов. Пер с голландского - СПб: «Издательство Пирожкова», 2008. - 168 с.
 5. Фрейд З. Печаль и меланхолия. - В кн.: Влечения и их судьба. - М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. - С. 152-176.
 6. Хааз Э. Ритуалы прощания: антропологические и психоаналитические аспекты работы с чувством утраты // Московский психотерапевтический журнал, №1. 2000. - С. 29-47.
 7. Шутценбергер А.А. Синдром предков: Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. - М.: Психотерапия, 2009. - 256 с.

Практическое занятие № 10

Тема: Психологическая помощь жертвам насилия.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Определение понятия «насилие».
2. Формы и виды насилия.
3. Особенности переживания ситуации насилия ее участниками.
4. Психологические особенности жертвы и агрессора.
5. Правила оказания первой помощи в ситуации насилия.
6. Цели и задачи психологической помощи пострадавшему от насилия.
7. Особенности отношений, развивающихся между психологом- консультантом и пострадавшим от насилия.
8. Методы оказания психологической помощи пострадавшим от насилия.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. В чем сходства и отличия агрессора и жертвы?
2. Что такое виктимность и чем она обусловлена?
3. Что такое «стокгольмский синдром» и в чем он проявляется?
4. Что такое треугольник Г. Карпмана?
5. Какую ролевую позицию, с Вашей точки зрения может занимать психолог-консультант

в работе с пострадавшим от насилия?

6. Назовите правила оказания первой помощи пострадавшему от насилия.

7. Назовите методы оказания психологической помощи пострадавшим от насилия.

Рекомендуемая литература.

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический проект, 2006. - 240 с.
3. Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И. Детский психоанализ: Школа Анны Фрейд: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 288 с.
4. Бэрн Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб.: Питер, 1997. - 336 с.
5. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. - СПб.: Речь, 2003. - 248 с.
6. Гиндикин В.Я., Гурьева В.А. Личностная патология. - М.: «Триада-Х», 1999. - 266 с.
7. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.
8. Кудрявцев В.Н. Генезис преступления. Опыт криминологического моделирования: Учеб. пособие. - М.: «ФОРУМ - ИНФРА-М», 1998. - 216 с.
9. Меньшикова Е.С. Жестокое обращение с детьми и его возможные отдаленные последствия // Психологический журнал. - 1993. - т. 14, №6. - С. 110-118.
10. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб.: Питер, 2001. - 272 с.
11. Хассен С. Освобождение от психологического насилия: деструктивные культы, контроль сознания, методы помощи. - СПб.: прайм-Еврознак, 2001. - 400 с.
12. Шостакович Б.В., Ушакова И.М., Потапов С.А. // Половые преступления против детей и подростков: психиатрический аспект. - Ростов-на-Дону: Изд-во ЛРНЦ «Феникс», 1994. - 106 с.

Практическое занятие № 11

Тема: Суицидальное поведение как кризисная ситуация. Принципы психологической помощи.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Основные концепции суицидального поведения.
2. Фазы суицида, динамика конфликта при суициде.
3. Понятие «суицидального поведения».
4. Социально-психологические факторы суицида.
5. Виды суицидов.
6. Психологическая помощь при потенциальном суициде.
7. Этапы психологической помощи при суициде.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

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

Рекомендуемая литература

1. Амбрумова А.Г. Психология самоубийства//Социальная и клиническая психиатрия. - 1994.- №4.
2. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. - М.: б/и, 1980. - 48 с.
3. Бек А. Методы работы с суицидальным пациентом//Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.

4. Бердяев Н.А. О самоубийстве. - М.: Изд-во МГУ, 1992. - 23 с.
5. Дюркгейм Э. Самоубийство. Социологический этюд. Пер. с франц. М.: Мысль, 1994. - с.
6. Игумнов С.А. Клиническая психотерапия детей и подростков: Справ.пособие. - Мн.: Белорусская наука,1999. - 189 с.
7. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии
психотерапии. - М.: «Класс», 2001. - 464 с.
8. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
9. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
10. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с.
11. Суицид. Хрестоматия по суицидологии/Сост. Моховиков А.Н. - К.: А.Л.Д., 1996 - 216 с.
12. Суицидология: Прошлое и настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах. Сост. А.Н. Моховиков. - М.: Когито-Центр, 2001. - 569 с.
13. Хендин Г. Психотерапия и самоубийство//Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОРГАНИЗАЦИИ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Практическое занятие № 1

Тема: Проблема кризиса в современной психологии. Понятия «психологический кризис», «кризисные состояния». Виды кризисов и кризисных ситуаций.

Перечень рассматриваемых вопросов:

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

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Какое определение кризиса Вы можете дать сами?
2. Придумайте ситуацию и попробуйте проанализировать, является ли она: стрессовой, фрустрирующей, конфликтной или кризисной.
3. Дайте определение понятию «переживание».
4. Рассмотрите свою кризисную ситуацию:
Какие этапы переживания кризиса в ней Вы можете обнаружить? Какие функции выполнил данный кризис в Вашей жизни?
5. Опишите виды кризисных переживаний.

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме (в случае, если требуется)

Задание 1.

Вставьте пропущенные слова:

Сублимация – приемлемая для данной культуры трансформацияинстинктов в какую-либо общепринятую сферу (художественную, интеллектуальную, социальную и т.д.), где они могли бы раскрыться.

Рационализация – для проблем, вызывающих страх, ищетсяобъяснение, чтобы избавиться их от угрожающего содержания.

Отрицание – потенциально травматическая реальность как таковая.

Вытеснение – мысли, образы или воспоминания, вызывающие страх, вытесняются в
.....

Регрессия – переход какой-то формы психической организации на более ступень.

Проекция – желания или чувства, вызывающие страх, приписываются

Задание 2.

Вставьте пропущенные слова:

Паника – это временное переживание страха, определяющее
..... поведение людей, иногда с полной потерей самообладания, к
реагированию на призывы и изменения чувства долга и чести.

Задание 3.

Какие из перечисленных кризисов относятся к нормативным:

- 1) кризис среднего возраста;
- 2) кризис адаптации к жизни после развода;
- 3) кризис отказа от материнства;
- 4) кризис подросткового возраста;
- 5) кризис самоопределения личности;
- 6) кризис идентичности;
- 7) кризис заболевания ребенка;
- 8) кризис выхода на пенсию.

Задание 4.

Существует несколько классификаций стрессоров. Одна из них основана на участии стрессоров в организации эмоционально-стрессовой реакции у человека. Всего выделяется четыре группы стрессоров: а) стрессоры активной деятельности, б) стрессоры оценок, в) стрессоры рассогласования деятельности, г) физические и природные стрессоры. Разнесите перечисленные ниже стрессоры по предложенным группам.

- 1) стрессоры предстоящих состязаний;
- 2) стрессор сильного звука, качки, жары и т.д.;
- 3) стрессоры зрелищ;
- 4) стрессоры психосоциальной мотивации (соревнования, конкурсы, экзамены);
- 5) стрессор конфликта в семье;
- 6) стрессор сенсорной депривации;
- 7) стрессор заболевания;
- 8) стрессор успеха в искусстве;
- 9) стрессор подводных погружений или парашютных прыжков;

- 10) стрессор любви;
- 11) стрессор ожидания угрозы;
- 12) стрессор ограничения обычной сферы общения и деятельности и т.д.

Рекомендуемая литература.

1. Анциферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и "техники" ее бытия / Психологический журнал. - 1993. - №2. - С. 3-16.
2. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 200 с.
3. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. - Гродно: ГрГУ, 2002. - 167 с.
4. Карцева Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. - 1988. - №5. - С.121-128.
5. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. В кн.: Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - С. 238-246.
6. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
7. Осипова А.А.. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
8. Психология состояний. Хрестоматия / Сост. Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров / Под ред. проф. А.О. Прохорова. - М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. - 608 с.
9. Психотерапевтическая энциклопедия. / Под ред. Б.Д. Карвасарского - 3-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Питер-Юг, 2006. - 944 с.
10. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме: Пер. с англ. - М., 1960. - 128 с.

Практическое занятие № 2

Тема: Феноменология кризисов развития личности Особенности нормативных и / или возрастных кризисов

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Подходы к возрастной периодизации.
2. Особенности протекания кризисов в раннем детстве.

3. Кризисные переживания ребенка в школьном возрасте.
4. Кризисы у взрослых: феноменология переживания.
5. Этапы психологического старения.
6. Этапы психологической помощи при индивидуальном нормативном кризисе.
7. Кризисы семейной жизни.
8. Психотерапевтические подходы в оказании кризисной помощи.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. В чем особенность кризиса трех лет?
2. Какие, с Вашей точки зрения сходства и отличия кризисов раннего возраста и подросткового кризиса?
3. Мать 2,5 летнего ребенка говорит на консультации, что она уважает позицию ребенка, поэтому во всем его слушается. Прокомментируйте ситуацию.
4. Чем, с Вашей точки зрения, вызвана установка враждебности в старческом возрасте?
5. Какие переживания характерны для кризиса середины жизни?
6. На каком этапе психологической работы с кризисом важно поддерживать пробование новых способов преодоления кризиса?
7. Что такое «триангуляция»? Кто предложил этот термин?
8. Какие поведенческие методы работы с семьей Вы знаете?
9. Перечислите методы работы с семьей, направленные на развитие у ее членов процесса осознания?

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

1. Написание эссе «Особенности прохождения возрастных кризисов. Анализ возрастного этапа».
2. Сравните мнения С. Холла и Л.С. Выготского о кризисе подросткового возраста. Чья точка зрения вам ближе? Почему?

Рекомендуемая литература.

1. Анциферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и "техники" ее бытия / Психологический журнал. - 1993. - №2. - С. 3-16.
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический проект, 2006. - 240 с.
3. Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И. Детский психоанализ: Школа Анны Фрейд: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 288 с.

4. Бурлачук А.Ф., Коржова Е.Ю. Психология жизненных ситуаций. Учебное пособие. - М.: Российское педагогическое агентство, 1998. - 263 с.
5. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 200 с.
6. Выготский Л.С. Собрание сочинений: В 6-ти т. Т. 4. Детская психология/Под ред. Д.Б. Эльконина. - М.: Педагогика, 1984. - 432 с.
7. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. - Гродно: ГрГУ, 2002. - 167 с.
8. Карцева Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. - 1988. - №5. - С.121-128.
9. Кочарян Г.С., Кочарян А.С. Психотерапия сексуальных и супружеских расстройств. - М.: Медицина, 1994. - 224 с.
10. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. В кн.: Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - С. 238-246.
11. Лэсли Б. Кейлис, Рут МакКлендон. Супружеская и семейная терапия: учебное пособие. - М.: НОУ ВПО Московский психолого-социальный институт, 2008. - 208 с.
12. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
13. Сатир В. Психотерапия семьи. - СПб.: «Речь», 2000. - 284 с.
14. Теория семейных систем Мюррея Боуэна: Основные понятия, методы и клиническая практика / Пер. с англ. - М.: Когито-Центр, 2012. - 496 с.

Практическое занятие № 3

Тема: Личность консультанта, оказывающего кризисную помощь

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Разработка проблем развития личности в психологии.
2. Деятельность и общение как основные источники развития личности и их роль в системе отношений "общество - психолог - пациент".
3. Личностные качества специалиста в кризисном консультировании
4. Учет возрастных особенностей личности пациента в деятельности клинического психолога.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.
2. Понятие кризиса, кризисной ситуации, кризисного состояния.

3. Соотношение понятий: фрустрация, стресс, конфликт, кризис.
4. Сравнительная характеристика нормативных и ненормативных кризисов: определение, причины возникновения, динамика, варианты исхода.
5. Каких личностных качества необходимы психологу
6. В чем суть гуманистической, психоаналитической и активизирующей парадигм консультирования.
7. С какими запросами приходится работать психологу- консультанту в кризисном подходе
8. Перечислите фазы развития стрессовых состояний у безработных.
9. Какие задачи должен ставить перед собой психолог- консультант, приступающий к консультированию родителей по поводу их ребенка.
10. Опишите примерный алгоритм (этапы) беседы с родителями.
11. Какие причины обращений родителей могут быть связаны непосредственно с детьми- дошкольниками?
12. Назовите типичные причины обращений за консультацией, связанные с самими родителями.
13. Перечислите основные школьные проблемы и возможные их причины.
14. Как строится работа психолога-консультанта по поводу школьных проблем ребенка?
15. Выделите 3 направления консультирования в области детско-родительских отношений.
16. На ваш взгляд, что позволяет быть устойчивым психологу –консультанту.

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

1. подготовка рефератов:

- 1) «Профилактика посттравматического стрессового расстройства».
- 2) «Самопомощь и саморегуляция при работе в экстремальных ситуациях».
- 3) Тревога как фактор психической адаптации».
- 4) «Обзор теорий тревожности».

- для закрепления знаний:

1. ответы на контрольные вопросы:

- ✓ Охарактеризуйте стресс.
- ✓ Какие виды стресса вы знаете?
- ✓ Опишите основные этапы стресса.
- ✓ Охарактеризуйте свои переживания, возникающие в результате стресса.

Рекомендуемая литература.

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. - М.: Издательство «Корвет», 2011. - 320 с.
3. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии.- М.: «Класс», 2001. - 464 с.
4. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 197 с.
5. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
6. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.
7. Сименс Х. Практическое руководство для Гештальттерапевтов. Пер с голландского - СПб: «Издательство Пирожкова», 2008. - 168 с.

Практическое занятие № 4

Тема: Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Основные подходы к пониманию понятия «кризис».
2. Понятия, используемые в кризисной психологии (стресс, фрустрация, конфликт, психологическая травма) их категориальное пространство
3. Основные характеристики кризисного переживания.
4. Виды кризисных переживаний.
5. Этапы развития кризиса.
6. Функции кризисного переживания.
7. Модели психологической травмы в разных психологических подходах.
8. Определение и феноменология процесса диссоциации.
9. История исследования психологической травмы.
10. Острые и отдаленные последствия психологической травмы.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Какое определение кризиса Вы можете дать сами?
2. Придумайте ситуацию и попробуйте проанализировать, является ли она: стрессовой, фрустрирующей, конфликтной или кризисной.

3. Дайте определение понятию «переживание».
4. Рассмотрите свою кризисную ситуацию. Какие этапы переживания кризиса в ней Вы можете обнаружить?
5. Какие функции выполнил данный кризис в Вашей жизни?
6. Опишите виды кризисных переживаний.
7. Виды психологических травм.
8. Что означает понятие психологическая травма?
9. В чем особенности психологической травмы по сравнению с кризисом, фрустрацией, конфликтом?
10. Что такое «психогенная смерть»? Что такое «вина выжившего»?
11. Какие изменения в интеллектуальной сфере возникают в результате психологической травмы?
12. Какие изменения в эмоциональной сфере возникают в связи с психологической травмой?
13. Что такое феномен деперсонализации и как он соотносится с процессом диссоциации?
14. Какие признаки ПТСР с Вашей точки зрения являются самыми тяжелыми и почему?

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Цель самостоятельной работы: овладение фундаментальными знаниями, закрепление и систематизация знаний по теме.

1.1. ответы на контрольные вопросы:

- Охарактеризуйте стресс.
- Какие виды стресса вы знаете?
- Опишите основные этапы стресса.
- Охарактеризуйте переживания, возникающие в результате стресса.

1.2. На основе конспекта лекций составьте таблицу для систематизации ответа.

- Выделите основные понятия (критическая ситуация, переживание, стресс, дистресс, фрустрация, конфликт, кризис), сопоставьте их друг с другом, опишите связи между ними.
- Чем внутренние кризисы отличаются от внешних? Какие из них чаще встречаются?
- Дайте определение критической ситуации.
- Какие виды критических ситуаций вы знаете?
- Охарактеризуйте кризис.
- Охарактеризуйте стресс. Охарактеризуйте фрустрацию.

Рекомендуемая литература.

1. Василюк Ф.Е. Психология переживания: Анализ преодоления критических ситуаций. - М.: Изд-во МГУ, 1984. - 200 с.
2. Карпинский К.В. Психология жизненного пути личности: Учеб. пособие. - Гродно: ГрГУ, 2002. - 167 с.
3. Карцева Т.Б. Личностные изменения в ситуациях жизненных перемен // Психологический журнал. - 1988. - №5. - С.121-128.
4. Логинова Н. А. Развитие личности и ее жизненный путь. В кн.: Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Издательство "Питер", 2000. - С. 238-246.
5. Осипова А.А.. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
6. Психология состояний. Хрестоматия / Сост. Т.Н. Васильева, Г.Ш. Габдреева, А.О. Прохоров / Под ред. проф. А.О. Прохорова. - М.: ПЕР СЭ; СПб.: Речь, 2004. - 608 с.
7. Психотерапевтическая энциклопедия. / Под ред. Б.Д. Карвасарского - 3-е изд., перераб. и доп. - СПб.: Питер-Юг, 2006. - 944 с.
8. Селье Г. Очерки об адаптационном синдроме: Пер. с англ. - М., 1960. - 128 с.

Практическое занятие № 5

Тема: Понятие психической травмы и ее последствий.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Определение психологической травмы.
2. Модели психологической травмы в разных психологических подходах.
3. Определение и феноменология процесса диссоциации.
4. История исследования психологической травмы.
5. Острые и отдаленные последствия психологической травмы.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

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

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

Рекомендуемая литература.

1. Александровский Ю.А. и др. Психогении в экстремальных ситуациях//Психология экстремальных ситуаций: Хрестоматия/Сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченко. - Мн.: Харвест, 2000. - С. 154-220.
2. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
3. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.
4. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Аффект - Травма - Алекситимия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2006. - 800 с.
5. Левин П. Пробуждение тигра - исцеление травмы. - М.: АСТ, 2007.
6. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
7. Тарабина Н.В., Лазебная Е.О. Синдром посттравматических стрессовых нарушений современное состояние проблемы // Психологический журнал. - 1992. - № 2.С.15-25.
8. Тарабина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб.: Питер, 2001. - 272 с.
9. Трубицына Л.В. Процесс травмы. М.: Смысл; ЧеРо, 2005. - 218 с.
10. Фенихель О. Психоаналитическая теория неврозов. - М.: Академический Проект, 2005. - 848 с.
11. Фрейд З. Основные психологические теории в психоанализе. Очерк истории психоанализа. - СПб.: «Алетейя», 1999. - 256 с.
12. Фрейд З. Торможение, симптом, тревога/Собрание сочинений в 10 томах. Т. 6. Истерия и страх. - М.: Фирма СТД, 2006. - С. 233-295.

Практическое занятие № 6

Тема: Методы и основные принципы психологической помощи в кризисной ситуации. Методы диагностики ПТСР

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Определение психологической травмы.
2. Модели психологической травмы в разных психологических подходах.
3. Определение и феноменология процесса диссоциации.

4. История исследования психологической травмы.
5. Острые и отдаленные последствия психологической травмы.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Что означает понятие психологическая травма?
2. В чем особенности психологической травмы по сравнению с кризисом, фрустрацией, конфликтом?
3. Что такое «психогенная смерть»? Что такое «вина выжившего»?
4. Какие изменения в интеллектуальной сфере возникают в результате психологической травмы?
5. Какие изменения в эмоциональной сфере возникают в связи с психологической травмой?
6. Что такое феномен деперсонализации и как он соотносится с процессом диссоциации?
7. Какие признаки ПТСР с Вашей точки зрения являются самыми тяжелыми и почему?
8. Последствия переживания психологической травмы, критерии ПТСР.
9. Что собой представляет острая реакция на стресс по МКБ-10(F43.0).
10. Какие выделены следующие этапы Ю.А. Александровским (2000), развертывающиеся постепенно у человека, пережившего кратковременное экстремальное событие.
11. Характеристика «Стойкого изменения личности после переживания катастрофы (F62.0)» по МКБ-10.

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Подготовка по вопросам темы.

1. Психотерапия травмы предполагает работу со следующими основными симптомами психологической травмы: перевозбуждение, спазмы, диссоциация, реакция избегания, реакция вторжения, ощущение беспомощности, неспособность действовать, оцепенение.

Соматическая психотерапия ПТСР. Психологическая работа заключается в пошаговом восстановлении диссоциированных связей между «Я» и телесными ощущениями, между «Я» и окружающим миром, в восстановлении целостности переживания и дальнейшей разрядки скопившейся энергии реакций (борьба или побег), незавершенных во время травматизации.

Упражнение «Постукивания» направлено на восстановление ощущений тела: Начните с легкого постукивания кончиками правой руки по левой ладони. Повторяйте это до тех пор пока не добьетесь отчетливого физического осознания, что эта ладонь Ваша. Затем остановитесь и в течение некоторого времени изучайте ощущения, наполняющие ладонь. Что Вы чувствуете? Легкое покалывание? Вибрацию? Онемение? Прилив тепла? Холод? Посмотрите на свою ладонь и скажите вслух: «Это моя ладонь. Это ладонь принадлежит мне, она часть меня» (найдите свои

слова, чтобы выразить мысль о том, что Вы владеете этой частью тела).

Упражнение «Заземление» направлено на восстановление ощущения опоры под ногами, нарушающееся при травме:

Встаньте прямо, почувствуйте, что Ваши стопы твердо стоят на полу. Обратите внимание, как напряглись крупные мышцы Ваших ног. Ощутите, как Ваши подошвы плотно соприкасаются с полом. Медленно покачайтесь из стороны в сторону, а потом вперед - назад. Попробуйте обнаружить центр тяжести Вашего тела. Положите кисти рук на нижнюю часть живота и ощутите центр тела.

Гештальт терапия ПТСР. Работа с ПТСР направлена на постепенное «размораживание» травматического комплекса, представляющего собой сочетание состояния замирания, диссоциативных феноменов, тревоги, беспомощности, утраты осознанности и свободы обращения субъекта с реальностью. Значительную роль в психотерапии травмы играет восстановление у клиента функции ярости, утрачиваемой в травматической ситуации. Утрата ярости блокирует в травматической ситуации реализацию поведения, направленного на спасение (бегство или борьба), что приводит к застаиванию энергии данных незавершенных действий.

Упражнение «Проигрывание» направлено на восстановление свободы обращения с реальностью, размораживание телесной скованности, завершение незавершенных в травматической ситуации действий: вспомните ситуацию из своей жизни, в которой Вы получили физическое повреждение. Мысленно представьте последовательно всю ситуацию и обнаружьте момент, в котором Вы не могли уже предотвратить происходящее и переживали беспомощность. Вернитесь к моменту до возникновения чувства беспомощности и пофантазируйте, какие действия Вы могли бы (возможно хотели) предпринять, если бы были наделены необычной ловкостью, смелостью, изобретательностью и так далее. Фантазируйте, обращая внимание на свои телесные переживания, давая себе интегрировать новый опыт завершения ситуации.

Бихевиоральная терапия ПТСР. Направлена на изменение дисфункционального поведения для лучшего удовлетворения своих потребностей, обучению процессу принятия решений.

Упражнение «Моделирование поведения»: Участнику предлагается подходящим для него способом продемонстрировать свое поведение в группе. Другим участникам группы следует отозваться, в какой степени продемонстрированное им поведение является уверенным. Желающие участники могут (на основе показанного примера) смоделировать свои примеры уверенного поведения. Полученные результаты обсуждаются в группе, наиболее подходящие модели поведения усваиваются.

Рекомендуемая литература.

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. - М.: Издательство «Корвет», 2011. - 320 с.
3. Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал, 1997, №4 (18). С. 123-146.
4. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. - СПб.: Речь, 2003. - 248 с.
5. Игумнов С.А. Клиническая психотерапия детей и подростков: Справ. пособие. - Мн.: Белорусская наука, 1999. - 189 с.
6. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.
7. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 197 с.
8. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Аффект - Травма - Алекситимия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2006. 800 с.
9. Левин П. Пробуждение тигра - исцеление травмы. - М.: АСТ, 2007. - 320 с.
10. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
11. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с.
12. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.

Практическое занятие № 7

Тема: Стратегии совладания с экстремальными ситуациями копинг-стратегии (coping стратегии)

Перечень рассматриваемых вопросов:

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Дайте характеристику основным функциям копинг-стратегий поведения в кризисных ситуациях.
2. Стиливые характеристики, которые предложил Г. Томэ, как иерархию типичных реакций или техник жизни.
3. Назовите и охарактеризуйте пять основных задач копинга описанных Р. Лазарусом.

4. **Задание:** Подумайте, какие техники в кризисных ситуациях вы применяете.

Г. Томэ отмечает, что большинство людей имеет малый репертуар решения проблемы, применяя одну или несколько техник. Автор указывает на причины, способствующие выбору той или иной техники. Эти факторы объединяются понятием «индивидуальный жизненный путь», в котором выделяются:

1. техники достижения (применяются для решения конкретных проблем и доступны наблюдению);
 2. техники приспособления (связаны с изменением переживаний или поведения личности, обеспечивая соответствие требованиям среды);
 3. защитные техники (представляют собой отрицание или отсрочку проблемы, с которой невозможно справиться в данный момент);
 4. избегающие или экспрессивные техники (означают уход от ситуации без попыток либо ее разрешить, либо осознать);
 5. агрессивные техники (направлены на нанесение вреда окружающим).
5. **Задание:** Составьте таблицу адаптивных и относительно адаптивных копинг-стратегий (когнитивный, эмоциональный, поведенческий- компоненты).

Рекомендуемая литература.

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Бьюдженталь Дж. Искусство психотерапевта. - М.: Издательство «Корвет», 2011. - 320 с.
3. Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал, 1997, №4 (18). С. 123-146.
4. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. - СПб.: Речь, 2003. - 248 с.
5. Игумнов С.А. Клиническая психотерапия детей и подростков: Справ. пособие. - Мн.: Белорусская наука, 1999. - 189 с.
6. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.
7. Копытин А.И., Свистовская Е.Е. Арт-терапия детей и подростков. - М.: «Когито-Центр», 2010. - 197 с.
8. Кристалл Г. Интеграция и самоисцеление. Аффект - Травма - Алекситимия. - М.: Институт Общегуманитарных Исследований, 2006. 800 с.
9. Левин П. Пробуждение тигра - исцеление травмы. - М.: АСТ, 2007. - 320 с.
10. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.

11. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с.
12. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.

Практическое занятие № 8

Тема: Основные принципы оказания психологической помощи при утрате.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Понятие утраты, виды утрат.
2. Этапы переживания горя.
3. Факторы, осложняющие переживание горя.
4. Формы осложненного горя.
5. Культуральные особенности переживания горя.
6. Психологическая помощь на разных этапах переживания горя.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

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

Рекомендуемая литература.

1. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический проект, 2006. - 240 с.
2. Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал, 1997, №4 (18). С.123-146.
3. Заманаева Ю.В. Переживание утраты близкого как процесс изменений во внутреннем личности. Дис. канд...психол. наук. - СПб., 2004. - 320 с.
4. Линдемманн Э. Клиника острого горя//Психология эмоций. Тексты /Под ред. В.К. Вилюнаса, Ю.Б. Гиппенрейтор.- М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.С. 224-232.
5. Мамардашвили М.О. О философии//Вопросы философии. - 1991. - №5.С. 4-6.

6. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
7. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях.// Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.
8. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с.
9. Фрейд З. Печаль и меланхолия. - В кн.: Влечения и их судьба. - М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. - С. 152-176.
10. Хааз Э. Ритуалы прощания: антропологические и психоаналитические аспекты работы с чувством утраты//Московский психотерапевтический журнал, №1. 2000. - С. 29-47.

Практическое занятие № 9

Тема: Смерть и умирание. Работа с терминальными больными

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Динамика психологических реакций умирающего.
2. Психологические реакции человека, оказавшегося перед лицом смерти (часто в результате неизлечимой болезни).
3. Этапы по схеме Элизабет Кюблер-Росс. Она описала следующие пять этапов психологических реакций умирающих.
4. Главная психологическая мишень, на которую нацелены психокоррекционные, (психотерапевтические) воздействия, является страх человека перед установлением врачами «смертельного» диагноза (рак, СПИД), перед мучительными болями, а также страх самой смерти (Сидоров, Парняков, 2000).

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. Перечислите 5 этапов психологических реакций умирающих.
2. В чем заключается основная задача психолога-консультанта в работе с умирающим?
3. К каким экзистенциальным вопросам могут обращаться клиенты психологических служб?
4. Чем отличаются психотические и непсихотические депрессии?
5. Перечислите основные симптомы непсихотической депрессии.
6. Какие цели являются приоритетными в работе с депрессивными клиентами?
7. В каких случаях все-таки стоит склонить клиента к обращению за медицинской помощью?
8. Какие формы страха можно отнести к патологическим?

9. В чем заключается тактика консультанта в работе с клиентом, испытывающим страх?

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Рекомендуемая литература.

1. Василюк Ф.Е. Методика психотерапевтического облегчения боли // Московский психотерапевтический журнал, 1997, №4 (18). С.123-146.
2. Заманаева Ю.В. Переживание утраты близкого как процесс изменений во внутреннем личности. Дис. канд...психол. наук. - СПб., 2004. - 320 с.
3. Робин Ж.-М. Быть в присутствии другого: этюды по психотерапии. - М., Институт Общегуманитарных Исследований, 2008. - 288 с.
4. Сименс Х. Практическое руководство для Гештальттерапевтов. Пер с голландского - СПб: «Издательство Пирожкова», 2008. - 168 с.
5. Фрейд З. Печаль и меланхолия. - В кн.: Влечения и их судьба. - М.: ЗАО Изд-во ЭКСМО-Пресс, 1999. - С. 152-176.
6. Хааз Э. Ритуалы прощания: антропологические и психоаналитические аспекты работы с чувством утраты // Московский психотерапевтический журнал, №1. 2000. - С. 29-47.
7. Шутценбергер А.А. Синдром предков: Трансгенерационные связи, семейные тайны, синдром годовщины, передача травм и практическое использование геносоциограммы. - М.: Психотерапия, 2009. - 256 с.

Практическое занятие №10

Тема: Психологическая помощь жертвам насилия.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Определение понятия «насилие».
2. Формы и виды насилия.
3. Особенности переживания ситуации насилия ее участниками.
4. Психологические особенности жертвы и агрессора.
5. Правила оказания первой помощи в ситуации насилия.
6. Цели и задачи психологической помощи пострадавшему от насилия.
7. Особенности отношений, развивающихся между психологом- консультантом и пострадавшим от насилия.
8. Методы оказания психологической помощи пострадавшим от насилия.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. В чем сходства и отличия агрессора и жертвы?
2. Что такое виктимность и чем она обусловлена?
3. Что такое «стокгольмский синдром» и в чем он проявляется?
4. Что такое треугольник Г. Карпмана?
5. Какую ролевую позицию, с Вашей точки зрения может занимать психолог-консультант в работе с пострадавшим от насилия?
6. Назовите правила оказания первой помощи пострадавшему от насилия.
7. Назовите методы оказания психологической помощи пострадавшим от насилия.

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Подготовить сообщение по темам:

1. Виктимность детей и подростков. Факторы, провоцирующие домашнее насилие по отношению к детям и подросткам.
2. Особенности кризисной помощи в ситуации насилия, ролевая структура ситуации помощи, особенности переживания психолога-консультанта.
3. Виды и формы насилия по отношению к детям.
4. Последствия насилия над детьми. Идентификация с агрессором.
5. Сексуальное насилие по отношению к детям, специфика его последствий для ребенка.
6. Особенности психологической работы с детьми - жертвами насилия.
7. Основные психотерапевтические подходы в работе с детьми - жертвами насилия.
8. Понятие «секта», этапы вовлечения в секту.
9. Психологическая помощь жертвам сект.

Рекомендуемая литература.

1. Бермант-Полякова О.В. Посттравма: диагностика и терапия. - СПб.: Речь, 2006. - 248 с.
2. Боулби Д. Создание и разрушение эмоциональных связей. - М.: Академический проект, 2006. - 240 с.
3. Бурлакова Н.С., Олешкевич В.И. Детский психоанализ: Школа Анны Фрейд: Учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений. - М.: Издательский центр "Академия", 2005. - 288 с.
4. Бэррон Р., Ричардсон Д. Агрессия. - СПб.: Питер, 1997. - 336 с.
5. Зиновьева Н.О., Михайлова Н.Ф. Психология и психотерапия насилия. Ребенок в кризисной ситуации. - СПб.: Речь, 2003. - 248 с.

6. Гиндикин В.Я., Гурьева В.А. Личностная патология. - М.: «Триада-Х», 1999. - 266 с.
7. Калшед Д. Внутренний мир травмы: архетипические защиты личностного духа. - М.: Академический проект, 2001. - 368 с.
8. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии.- М.: «Класс», 2001. - 464 с.
9. Кудрявцев В.Н. Генезис преступления. Опыт криминологического моделирования: Учеб. пособие. - М.: «ФОРУМ - ИНФРА-М», 1998. - 216 с.
10. Меньшикова Е.С. Жестокое обращение с детьми и его возможные отдаленные последствия // Психологический журнал. - 1993. - т. 14, №6. - С. 110-118.
11. Тарабрина Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса. - СПб.: Питер, 2001. - 272 с.
12. Хассен С. Освобождение от психологического насилия: деструктивные культы, контроль сознания, методы помощи. - СПб.: прайм-Еврознак, 2001. - 400 с.
13. Шостакович Б.В., Ушакова И.М., Потапов С.А. Половые преступления против детей и подростков: психиатрический аспект. - Ростов-на-Дону: Изд-во ЛРНЦ «Феникс», 1994. - 106 с.

Практическое занятие № 11

Тема: Суицидальное поведение как кризисная ситуация. Принципы психологической помощи.

Перечень рассматриваемых вопросов:

1. Основные концепции суицидального поведения.
2. Фазы суицида, динамика конфликта при суициде.
3. Понятие «суицидального поведения».
4. Социально-психологические факторы суицида.
5. Виды суицидов.
6. Психологическая помощь при потенциальном суициде.
7. Этапы психологической помощи при суициде.

Вопросы для самоподготовки к освоению данной темы.

1. В чем особенность диспозиционной фазы суицида?
2. Какие фазы проходит суицидогенный конфликт?
3. Как формируются суицидальные намерения?
4. Из чего складывается суицидальный комплекс?
5. Что такое истинный суицид, завершённый, незавершённый, демонстративный, расширенный?

6. Что такое пособничество суициду?
7. Что такое членовредительство и чем оно отличается от суицида?
8. В чем состоит особенность оказания психологической помощи при потенциальном суициде?
9. Что включают в себя кризисная поддержка, кризисное вмешательство при суициде?
10. Каковы особенности завершающего этапа работы с суицидентом?

Задание для самоподготовки к следующему занятию по теме

Подготовить сообщение по темам:

1. Основные теоретические концепции суицидального поведения.
2. Виды суицидов, факторы риска суицидального поведения.
3. Динамика суицида: развитие суицидального конфликта, суицидального намерения.
4. Психологическая помощь при суициде, ее принципы и этапы.
5. Кризисная поддержка при суициде.
6. Кризисное вмешательство при суициде.

Рекомендуемая литература.

1. Амбрумова А.Г. Психология самоубийства//Социальная и клиническая психиатрия. - 1994.- №4.
2. Амбрумова А.Г., Тихоненко В.А. Диагностика суицидального поведения. - М.: б/и, 1980. - 48 с.
3. Бек А. Методы работы с суицидальным пациентом//Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.
4. Бердяев Н.А. О самоубийстве. - М.: Изд-во МГУ, 1992. - 23 с.
5. Дюркгейм Э. Самоубийство. Социологический этюд. Пер. с франц. М.: Мысль, 1994. - с.
6. Игумнов С.А. Клиническая психотерапия детей и подростков: Справ.пособие. - Мн.: Белорусская наука, 1999. - 189 с.
7. Кернберг О.Ф. Тяжелые личностные расстройства: Стратегии психотерапии. - М.: «Класс», 2001. - 464 с.
8. Моховиков А.Н., Дыхне Е.А. Кризисы и травмы. Методические материалы Московского Гештальт Института. Выпуск первый. - М.: Изд-во психологического центра Гештальт-анализа "Искусство выживания", 2006. - 64 с.
9. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д: Феникс, 2006. - 315 с.

10. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. - СПб.: Речь, 2007. - 256 с.
11. Суицид. Хрестоматия по суицидологии/Сост. Моховиков А.Н. - К.: А.Л.Д., 1996 - 216 с.
12. Суицидология: Прошлое и настоящее: проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и в художественных текстах. Сост. А.Н. Моховиков. - М.: Когито-Центр, 2001. - 569 с.
13. Хендин Г. Психотерапия и самоубийство//Журнал практической психологии и психоанализа. - 2003. - №1.

**Сведения о материально-техническом обеспечении,
необходимом для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

« _____ »

№ п/п	Адрес (местоположение) здания, строения, сооружения, помещения	Собственность или оперативное управление, хозяйственное ведение, аренда, субаренда, безвозмездное пользование	Назначение оснащенных зданий, сооружений, помещений*, территорий с указанием площади (кв.м.)	Наименование оборудованных учебных кабинетов, объектов для проведения практических, объектов физической культуры и спорта	Наименование объекта	Инвентарный номер

** (учебные, учебно-лабораторные, административные, подсобные, помещения для занятия физической культурой и спортом, для обеспечения обучающихся и сотрудников питанием и медицинским обслуживанием, иное)*

**Сведения о кадровом обеспечении,
необходимом для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

« _____ »

Ф.И.О. преподавателя	Условия привлечения (штатный, внутренний совместитель, внешний совместитель, по договору)	Занимаемая должность, ученая степень/ ученое звание	Перечень преподаваемых дисциплин согласно учебному плану	Образование (какое образовательн ое учреждение профессиональ ного образования окончил, год)	Уровень образования, наименование специальности по диплому, наименование присвоенной квалификации	Объем учебной нагрузки по дисциплине (доля ставки)	Сведения о дополнительном профессиональ- ном образовании, год		Общий стаж работы	Стаж практической работы по профилю образовательной программы в профильных организациях с указанием периода работы и должности
							спец	пед		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11

1. Общее количество научно-педагогических работников, реализующих дисциплину – 1 чел.
2. Общее количество ставок, занимаемых научно-педагогическими работниками, реализующими дисциплину - _____ ст.

Пример расчета доли ставки: 1 ставка = 900 учебных часов. У преподавателя по данной дисциплине 135 часов.

Таким образом, $135 : 900 = 0,15$ – доля ставки

**Дополнения и изменения к рабочей программе
на 20__-20__ учебный год**

по дисциплине «Психология кризисных состояний» 37.05.01 Клиническая психология для специальности (направления подготовки) 37.05.01 Клиническая психология.

В рабочую программу вносятся следующие изменения:

- 1.
- 2.
- 3.

или делается отметка об отсутствии изменений на данный учебный год.

Рабочая программа пересмотрена и одобрена без изменений (изменения внесены) на учебно-методической конференции кафедры от _____ 20__ г. № ____.

Заведующий кафедрой

_____/Фамилия И.О./