

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»**

Факультет психологии и социальной работы

Кафедра общей и педагогической психологии

УТВЕРЖДАЮ

И. о. проректора по УР

М. Х. Чанкаев

«29» апреля 2026 г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

Психология жизненных кризисов

(наименование дисциплины (модуля))

Направление подготовки

37.04.01 Психология

(шифр, название направления)

Направленность (профиль) подготовки

Психологическое консультирование в кризисных и экстремальных ситуациях

Квалификация выпускника

магистр

Форма обучения

очно-заочная

Год начала подготовки – **2026 г.**

Карачаевск, 2026

Составитель: ст.преп. Дотдугева Ж. Б.

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.07.2020, № 841, образовательной программой высшего образования по направлению подготовки *37.04.01 Психология*, направленность (профиль) программы – *Психологическое консультирование в кризисных и экстремальных ситуациях*; ОП, локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры общей и педагогической психологии на 2026-2027 уч. год

Протокол № 8 от 27.04.2026 г.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля)	4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы.....	4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы.....	4
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	5
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	6
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	6
5.2. Тематика лабораторных занятий	7
5.3. Примерная тематика курсовых работ	7
6. Образовательные технологии	7
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю).....	9
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций.....	9
7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины	11
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям.....	11
7.2.2. Примерные вопросы к промежуточной аттестации	12
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов.....	14
7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний.....	16
8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса.....	17
8.1. Основная литература:	17
8.2. Дополнительная литература:	18
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля).....	18
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля).....	18
10.1. Общесистемные требования	18
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины	19
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения	20
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы	20
11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья.....	20
12. Лист регистрации изменений.....	21

1. Наименование дисциплины (модуля)

Психология жизненных кризисов

Цель дисциплины – ознакомление студентов с основными отраслями научной психологии в области экстремальных ситуаций и состояний, видами и сферами работы психологов-практиков в экстремальных и чрезвычайных ситуациях.

Задачи дисциплины:

- 1) формирование образа психолога-профессионала, работающего с кризисными состояниями (когнитивная и ценностно-смысловая составляющая),
- 2) содействие развитию мотивации к освоению профессии «психолог» в кризисных и чрезвычайных ситуациях,
- 3) раскрытие основных проблем, связанных с оценкой, предвидением и оптимизацией психических состояний и поведения человека в трудной и экстремальной ситуации.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 37.04.01 Психология, направленность (профиль) подготовки – Психологическое консультирование в кризисных и экстремальных ситуациях (квалификация – «магистр»).

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология жизненных кризисов» (Б1.О.06) относится к обязательной части Б1.

Дисциплина (модуль) изучается на 1 курсе в 2 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП	
Индекс	Б1.О.06
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для освоения дисциплины обучающиеся используют компетенции, полученные на предыдущем уровне образования.	
Курс «Психология жизненных кризисов» является основой для последующего изучения таких дисциплин как: «Психологическое консультирование в кризисных ситуациях», «Психология экстремизма», «Психодиагностика семьи и личности», и др. Также, полученные знания в процессе изучения дисциплины, позволят успешно пройти все виды практик.	

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Психология жизненных кризисов» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося (ОПК-5):

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
ОПК- 5	способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения	ОПК.5.1. Демонстрирует знание основ составления и реализации программ вмешательства профилактического и развивающего характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц,	Знать: подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на развитие и профилактику конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций Уметь: осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и

	конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций	групп и (или) организаций	реализации развивающих программ и программ профилактики конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций Владеть: навыками применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на развитие и профилактику психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций
		ОПК.5.2. Применяет знания основ составления и реализации программ вмешательства коррекционного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций.	Знать: подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на коррекцию психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций Уметь: осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации коррекционных программ психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций Владеть: навыками применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на коррекцию конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций
		ОПК.5.3. Применяет знания основ составления и реализации программ вмешательства реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций.	Знать: подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на реабилитацию отдельных лиц, групп и (или) организаций Уметь: осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации программ реабилитации отдельных лиц, групп и (или) организаций Владеть: навыками применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на реабилитацию отдельных лиц, групп и (или) организаций

4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с

преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 2 ЗЕТ, 72 академических часа.

Объём дисциплины	Всего часов	Всего часов
	для очной формы обучения	для очно-заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины		72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):		32
в том числе:		
лекции		16
семинары, практические занятия		16
практикумы		
лабораторные работы		
Внеаудиторная работа:		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, предусматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)		40
Контроль самостоятельной работы		
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)		зачет

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

Для очно-заочной формы обучения

№ п/п	Раздел дисциплины	Общая трудо емкость в. часах	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоёмкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам ост. раб ота	Планиру емые результ аты обучени я	Формы текущего контроля
			Лек	Пр/сем	Лаб			
1.	Психологическое содержание кризисных ситуаций	9	2	2			ОПК-5	Устный опрос
2.	Когнитивные, ролевые, экзистенциальные и другие	9	2	2		5	ОПК-5	Доклад

	типы конфликтов, определяющие экстремальность условий жизни и труда. Паника как экстремальное состояние							
3.	Научно-теоретические основы учений о кризисе и о стрессе/Лек - конференция/	9	2	2		5	ОПК-5	Реферат
4.	Продолжительно действующие стрессоры. Стрессоры активной деятельности.	9	2	2		5	ОПК-5	Устный опрос
5.	Посттравматическое стрессовое расстройство	9	2	2		5	ОПК-5	Реферат
6.	Аддитивное поведение.	9	2	2		5	ОПК-5	Доклад
7.	Технологии психодиагностики психических и стрессовых состояний, возникающих вследствие кризисных ситуаций.	9	2	2		5	ОПК-5	Устный опрос
8.	Психологическое сопровождение кризисных состояний	9	2	2		5	ОПК-5	Доклад
	Итого	72	16	16		40		

5.2. Тематика лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

5.3. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские) занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения.

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1.Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождение истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

- задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5.... 10 ошибок);

- ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

- назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3.Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение

конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
ОПК-5					
Базовый	Знать: подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на коррекцию психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	Не знает подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на коррекцию психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	В целом знает подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на коррекцию психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	Знает подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на коррекцию психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	
	Уметь: осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации коррекционных программ психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	Не умеет осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации коррекционных программ психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	В целом умеет осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации коррекционных программ психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	Умеет применять осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации коррекционных программ психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	
	Владеть: навыками	Не владеет навыками	В целом владеет навыками	Владеет навыками	

	применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на коррекцию конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на коррекцию конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на коррекцию конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на коррекцию конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций	
Повышенный	Знать: подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на коррекцию психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций				В полном объеме знает подходы, стратегии, методы, средства и приемы, направленные на коррекцию психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций
	Уметь: осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации коррекционных программ психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций				В полном объеме умеет осуществлять отбор методов, приемов и средств для составления и реализации коррекционных программ психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций
	Владеть: навыками применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на коррекцию конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций				В полном объеме владеет навыками применения знаний о стратегиях, методах, средствах и приемах, направленных на коррекцию конкретных психологических проблем отдельных лиц, групп и (или) организаций

7.2. Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям.

1. Понятие, формы диссоциации.
2. Психосоматические расстройства. Причины и механизмы возникновения, разновидности психосоматических расстройств.
3. Невроз, понятие, основные критерии. Формы неврозов.
4. Личностный кризис. Суицид. Виды суицидального поведения.
5. Особенности личности суицидентов.
6. Понятие психической дезадаптации. Индивидуальный барьер психической адаптации человека по Ю.А. Александровскому.
7. Уровни психической дезадаптации.
8. Психогенные расстройства. Основные критерии по К. Ясперсу.
9. «Застревающие» реакции утраты.
10. Формы осложненного горя.
11. Семейные кризисы и развод как утрата семьи.
12. Известие об измене или разводе: восприятие супругом, череда развития реакции.
13. Типы реакции детей на развод.
14. Болезнь как потеря здоровья, структура внутренней картины болезни (уровни).
15. Типы отношения к болезни (Н.Я. Иванов).
16. Катастрофы и ЧС как причины психологической травмы.
17. Война как источник травмы.
18. ПТСР: сущность, особенности протекания.
19. Насилие как причина психологической травмы.
20. Методы психокоррекционного воздействия на личность, пережившую экстремальную ситуацию.
21. Понятие психологического сопровождения. Основные принципы, компоненты, стадии психологического сопровождения. Диагностические и психотерапевтические приемы (методики «Я и мой жизненный путь», «Рамки, через которые мы смотрим на мир», авторская сказка и др.).
22. Психологическая помощь военнослужащим, уволенным в запас и отставку в период кризиса адаптации к жизни. Психотехники для реконструкции образа мира.
23. Психотерапия ПТСР. Методика ситуативно-образного отреагирования. Применение техник НЛП и символдрамы при работе с ПТСР.
24. Ситуация потери работы. Фазы переживания при потере работы. Аспекты оказания психологической помощи безработным.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к промежуточной аттестации (зачет)

1. Понятие кризиса, признаки. Основные подходы в определении сущности кризиса.
2. История исследования кризисов. Типы кризисов. Виды кризисов.
3. Нормативные кризисы, их особенности. Ненормативные кризисы, их особенности, разновидности.
4. Кризис адаптации к жизни. Отличительные черты. Исследование кризиса адаптации Э. Эриксоном.
5. Психическое состояние человека в период кризиса. Закономерности протекания кризиса.
6. Переживание кризиса в работе Ф.Е. Василюка «Психология переживаний».
7. Понятие ситуации в психологии. Эмпирическое исследование влияния ситуации на поведение человека. Взаимосвязь личности и ситуации.
8. Представление об обыденной (повседневной) жизненной ситуации. Отличительные признаки. Исследование повседневных жизненных ситуаций в современной психологии.
9. Понятие трудной жизненной ситуации. Субъективный аспект трудной жизненной ситуации. Отклонения в функционировании личности при столкновении с трудной жизненной ситуацией.
10. Исследования трудных жизненных ситуаций в отечественной психологии (Ф.Е. Василюк, Н.Г. Осухова). Типология критических ситуаций по Ф.Е. Василюку.
11. Функции психологических защит в трудных ситуациях. (Фрейд З., Фромм Э.). Совладание с трудными жизненными ситуациями. Понятие, формы совладания.
12. Психология переживаний (анализ преодоления критических ситуаций) Василюк Ф.Е. Приемы самосохранения в ситуациях трудностей и несчастий.
13. Основные приемы совладания. Классификация стратегий совладания с трудными жизненными ситуациями (Р. Лазарус, С. Фолкман).
14. Понятие экстремальной ситуации. Уровни экстремальности. Экстремальные ситуации антропогенного или социального характера. Типичные психические состояния человека в экстремальной ситуации. Динамика аффективных реакций и поведения человека в зоне экстремальных ситуаций.
15. Роль субъективных факторов в развитии травматического стресса. Фрустрационная регрессия, как проявление первичного травматического стресса.
16. Особенности адаптации человека к экстремальным ситуациям. Адаптационный синдром, его фазы.
17. Стресс как реакция на экстремальную ситуацию. Теория стресса Г. Селье и Р.С. Лазаруса.
18. Понятие психической дезадаптации. Индивидуальный барьер психической адаптации человека по Ю.А. Александровскому. Уровни психической дезадаптации.
19. Психогенные расстройства. Основные критерии по К. Ясперсу.
20. Посттравматическое стрессовое расстройство. Симптомы. ПТСР. Стадии формирования постстрессовых нарушений.
21. Особенности ПТСР у детей. Лечение ПТСР. Групповая психотерапия.

22. Понятие, формы диссоциации.
23. Психосоматические расстройства. Причины и механизмы возникновения психосоматических расстройств. Разновидности психосоматических расстройств.
24. Невроз, понятие, основные критерии. Формы неврозов.
25. Личностный кризис. Суицид. Виды суицидального поведения. Особенности личности суицидентов. Причины детских и подростковых суицидов.
26. Методы психодиагностики уровня психической адаптации и степени выраженности дезадаптивных процессов: ПТСР, психосоматических и невротических расстройств и т.д.
27. Переживание кризиса. Динамика изменений самосознания в период кризиса. Положительные ресурсы жизненных кризисов.
28. Экстренная психологическая помощь. Понятие, цель, условия, в которых оказывается помощь, содержание. Правила оказания экстренной психологической помощи.
29. Группы людей, нуждающиеся в экстренной психологической помощи. Помощь родственникам пострадавших.
30. Психологический дебрифинг. Цель, задачи, основные приемы проведения. Методика проведения дебрифинга.
31. Общение психолога с человеком в кризисной ситуации. Модели взаимодействия психолога и клиента при преодолении кризиса.
32. Техники консультирования при оказании психологической помощи человеку в период кризиса.
33. Методы психологического воздействия при оказании психологической помощи человеку в период кризиса.
34. Групповая помощь в кризисной ситуации. Социально-психологический тренинг. Требования к организации группы. Группы личностного роста.
35. Понятие психологического сопровождения. Основные принципы, компоненты, стадии психологического сопровождения.
36. Диагностическая стадия психологического сопровождения. Авторская сказка как диагностический и психотерапевтический прием.
37. Автобиографическая методика «Я и мой жизненный путь». Методика «Рамки, через которые мы смотрим на мир».
38. Реабилитационная стадия психологического сопровождения. Основные этапы. Завершение психологического сопровождения. Основные цели стадии завершения. Методы и приемы, используемые на стадии завершения.
39. Психологическая помощь военнослужащим, уволенным в запас и отставку в период кризиса адаптации к жизни. Психотехники для реконструкции образа мира.
40. Потеря работы, как жизненное, поворотное, проблемное, критическое событие. Характеристика статуса безработного. Фазы переживания при потере работы.
41. Особенности эмоционального реагирования на ситуацию потери работы в зависимости от типа личности. Психодиагностическая и психореабилитационная работа с безработными.
42. Саморегуляция активности безработных. Аспекты оказания психологической помощи безработным.
43. Понятие супружеского развода. Причины, ведущие к супружескому разводу. Кризисы семейной жизни. Конфликты в семье. Последствия конфликтов, супружеского развода для членов семьи.
44. Понятие насилия. Виды насилия. Последствия. Психологическая помощь женщинам, пережившим ситуацию семейного насилия.
45. Групповая работа с детьми, пережившими насилие.
46. Варианты столкновения со смертью с точки зрения экзистенциально-гуманистических психологов. Изменения в восприятии жизни при приближении смерти. Психологические реакции на опасность приближения смерти.
47. Нормальная и патологическая реакция утраты и депрессии. Типы патологической

скорби (отсрочка реакции, искажение реакции). Горе, горевание. Продолжительность и интенсивность горевания. Признаки нормального горевания.

48. Картина острого горя. Патологические психологические реакции горя.

Неблагоприятные факторы, осложняющие утрату. Изменение психики людей, переживших тяжелую утрату. Стадии горя.

49. Основные задачи психотерапевтической помощи при работе с горем. Психологическая помощь ребенку, пережившему горе. Работа с детьми с онкологической патологией и их семьями на различных фазах заболевания.

50. Переживание перинатальной потери, психологическая помощь. Положительные ресурсы жизненных кризисов.

Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине:

✓ 5 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 4 - балла - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 3 балла – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 2 балла – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

Данные тестовые задания оценивают уровень сформированности следующих компетенций: ОПК-5

1. Какой этический принцип деятельности педагога-психолога предполагает, что психолог четко определяет и учитывает границы собственной компетентности:
 - а) принцип конфиденциальности;
 - б) принцип профессиональной кооперации;
 - в) принцип компетентности;
 - г) принцип благополучия клиента.
2. Психологическая служба образования работает с ...
 - а) учащимися и педагогами
 - б) с учащимися, педагогами, родителями учащихся
 - в) только с учащимися
3. К ситуациям риска относятся ...
 - а) реадaptация
 - б) утрата
 - в) миграция
 - г) оптация
4. Модели обучения здоровому образу жизни: ...

- а) медицинская, психологическая
 - б) образовательная, медицинская, психологическая
 - в) медицинская, образовательная, радикально политическая, самоусиление
5. Оптимальной профессиональной позицией психолога-практика по отношению к клиенту является...
- а) позиция сверху
 - б) позиция снизу
 - в) позиция на равных
 - г) гибкая позиция, предполагающая переключение
6. ... - личностные характеристики, с помощью которых можно выявить и предсказать эффективное или выдающееся исполнение конкретной работы в конкретной организации
- а) профессиональная пригодность
 - б) профессиональная компетентность
 - в) профессионально важные качества
7. Психологическая служба в организации возникла в ...
- а) конце XIX в.
 - б) начале XX в.
 - в) середине XX в.
8. К отраслям фундаментальной психологии не относится...
- а) социальная психология
 - б) зоопсихология
 - в) экономическая психология
9. На этапе принятия решения по результатам психологической диагностики психолог формулирует...
- а) диагноз
 - б) прогноз
 - в) анамнез
 - г) катамнез
10. Психодрама является разновидностью...
- а) групповой психотерапии
 - б) бихевиоральной терапии
 - в) арт-терапии
11. Целью фундаментальной психологии является
- а) объяснение наблюдаемых явлений психической жизни
 - б) разработка технологий решения психологических проблем
 - в) улучшение жизни людей
12. К типам психологической профессии не относится...
- а) ученый-психолог
 - б) практический психолог
 - в) преподаватель психологии
 - г) астро-психолог

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний

Ключи к тестовым заданиям.

Шкала оценивания (за правильный ответ дается 1 балл)

«неудовлетворительно» – 50% и менее

«удовлетворительно» – 51-80%

«хорошо» – 81-90%

«отлично» – 91-100%

Критерии оценки тестового материала по дисциплине:

✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).

✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объеме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продemonстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объеме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Пропуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

8. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса

8.1. Основная литература:

- 1. Васильева, И. В.** Организация психологических служб : учебное пособие / И. В. Васильева. — 2-е изд., стер. — Москва: ФЛИНТА, 2013. — 144 с. - ISBN 978-5-9765-1714-1. - URL: <https://new.znaniy.com/catalog/product/462921> . - Текст: электронный.
- 2. Журавлев А.Л.** Актуальные проблемы социально-ориентированных отраслей /А.Л. Журавлев.- Москва: Институт психологии РАН, 2011.-560 с.- ISBN:978-5-9270-0224-5.- URL:<https://old.rusneb.ru/catalog/> .– Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
- 3. Зызыкин, В. Г.** Психологическая служба организации: учебное пособие / В. Г. Зызыкин; Рязанский государственный университет имени С. А. Есенина. - Рязань: РГУ имени С.А.Есенина, 2018. - 172 с. - ISBN 978-5-906987-73-0. - URL: <https://e.lanbook.com/book/164471> . - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
- 4. Малкина - Пых И. Г.** Психология. Основные отрасли: учебное пособие / И.Г. Малкина - Пых.- Москва: Человек, 2014.- URL:<https://old.rusneb.ru/catalog/> .– Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
- 5. Шарапов, А.О.** Кризисная психология : учеб.пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. И. Шех. - 2-е изд. - М. : Юрайт, 2020. - 538с. – Текст: непосредственный

8.2. Дополнительная литература:

1. **Морозова, И. С.** Организационно-методические аспекты становления и развития психологической службы в учреждении : учебное пособие / И. С. Морозова, К. Н. Белогай, Т. О. Отт; Кемеровский государственный университет. — Кемерово: КемГУ, 2011. — 298 с. — ISBN 978-5-8353-1186-6. - URL: <https://e.lanbook.com/book/30021>. — Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
2. **Психологическая служба в современном образовании:** учебное пособие / под редакцией И. В. Дубровиной.- Санкт-Петербург: Питер, 2009.- 400 с.- ISBN 978-5-388-00476-5.- URL:<https://old.rusneb.ru/catalog/>. — Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.
3. Бодров В.А. Психологический стресс: развитие и преодоление. – 2-е изд. – М., Саратов: ПЕР СЭ, Ай Пи Эр Медиа, 2019. – 528 с. – Текст: электронный. – URL: <https://www.iprbookshop.ru/88196.html>

9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросов, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО «КЧГУ»

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

<http://kchgu.ru> - адрес официального сайта университета

<https://do.kchgu.ru> - электронная информационно-образовательная среда КЧГУ

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 332 эбс от 02.06.2026 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 12.05.2026г. до 11.05.2027г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025г. до 11.02.2026г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.com Обзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

При необходимости для проведения занятий используется аудитория, оборудованная компьютером с доступом к сети Интернет с установленным на нем необходимым программным обеспечением и браузером, проектор (интерактивная доска) для демонстрации презентаций и мультимедийного материала. В соответствии с содержанием лекционных, практических (лабораторных) занятий при их проведении используется аудитория, рабочие места обучающихся в которой оснащены компьютерной техникой, имеют широкополосный доступ в сеть Интернет и программное обеспечение, соответствующее решаемым задачам. Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, для организации и проведения практической деятельности, научно-исследовательской работы используется учебная аудитория №501, учебный корпус №4.

Специализированная мебель: столы ученические, стулья, стол-тумба, трибуна, доска меловая, шкаф платяной.

Технические средства обучения:

- интерактивный экран с форматом экрана GL 258НМ;
- ноутбук Асег с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

1. Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная.
2. Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная.
3. ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
4. Calculate Linux (внесён в ЕРПП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
5. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
6. Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025г. Срок действия лицензии с 27.02.2025г. по 07.03.2027г.

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Современные профессиональные базы данных

1. Федеральный портал «Российское образование»- <https://edu.ru/documents/>
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru/>
3. Базы данных Scopus издательства Elsevir
<http://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic>.

Информационные справочные системы

1. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - <http://fgosvo.ru>.
2. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) – <http://edu.ru>.
3. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – <http://school-collection.edu.ru>.
4. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – <http://window/edu.ru>.
5. Информационная система «Информию».

11. Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ в КЧГУ», размещенным на сайте Университета по адресу: <http://kchgu.ru>.

12. Лист регистрации изменений

Изменение	Дата и номер протокола ученого совета факультета/ института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО	Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО
Обновлен договор №332 эбс ООО «Знаниум» от 02.06.2026г. Действует с 02.06.2026г. до 11.06.2027г.		03.06.2026г., протокол № 8