

АВТНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ СОЦИАЛЬНЫЙ ИНСТИТУТ»

Утверждаю
Декан СПФ

_____ Т. В. Поштарева

«15» мая 2026г

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
«Основы оказания экстренной психологической помощи»

Направление подготовки 37.03.01 Психология
Направленность (профиль) программы Психология
Квалификация выпускника бакалавр
Форма обучения очная, очно-заочная

год начала подготовки –2026

Разработана

Канд. пед. наук, доц. кафедры СГД
_____ Н.Н.Литвинова

Рекомендована

на заседании кафедры СГД

«15» мая 2026г

протокол № 13

Зав. кафедрой _____ Е.В.Смирнова

Согласована

зав. выпускающей кафедры СГД
_____ Е.В.Смирнова

Одобрена

на заседании учебно-методической
комиссии СПФ

«15» мая 2026г

протокол № 9

Председатель УМК

_____ Т.В. Поштарева

Ставрополь 2026 г.

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
 2. Место дисциплины в структуре ООП
 3. Планируемые результаты обучения по дисциплине
 4. Объем дисциплины и виды учебной работы
 5. Содержание и структура дисциплины
 - 5.1. Содержание дисциплины
 - 5.2. Структура дисциплины
 - 5.3. Занятия семинарского типа
 - 5.4. Курсовой проект (курсовая работа, расчетно-графическая работа, реферат, контрольная работа)
 - 5.5. Самостоятельная работа
 6. Образовательные технологии
 7. Фонд оценочных средств (оценочные материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации
 8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
 - 8.1. Основная литература
 - 8.2. Дополнительная литература
 - 8.3. Программное обеспечение
 - 8.4. Профессиональные базы данных
 - 8.5. Информационные справочные системы
 - 8.6. Интернет-ресурсы
 - 8.7. Методические указания по освоению дисциплины
 9. Материально-техническое обеспечение дисциплины
 10. Особенности освоения дисциплины лицами с ограниченными возможностями здоровья
- Приложение
- Дополнения и изменения к рабочей программе

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целями освоения дисциплины «Основы оказания экстренной психологической помощи» являются: формирование у студентов готовности оказания экстренной психологической помощи.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП

Дисциплина «Основы оказания экстренной психологической помощи» относится к обязательной части Блока 1 «Дисциплины (модули)» (Б.1.Б.6)ООП ВОпо данному направлению подготовки и находится в логической и содержательно-методической связи с другими дисциплинами.

Требования к входным знаниям, умениям и готовностям обучающихся: студент должен знать систему категорий и методов, направленных на формирование аналитического и логического мышления психолога, психологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиции существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; оперировать компетенциями из области общей психологии, психодиагностики, психологии личности, возрастной психологии и др.

Приобретённые в ходе изучения данной дисциплины теоретические знания должны быть закреплены студентами при прохождении соответствующих дисциплин и видов практики.

Предшествующие дисциплины (курсы, модули, практики)	Последующие дисциплины (курсы, модули, практики)
Общая психология	Консультативная психология
Психология развития и возрастная психология	Психологическая коррекция
Психодиагностика	Основы психотерапии в работе психолога
Психология личности	Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности
Общий психологический практикум	

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Формируемые компетенции (код компетенции, уровень)	Планируемые результаты обучения на данном этапе формирования компетенции	
ОПК – 4 (4.1). Способность использовать основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций	Знать	основные формы психологической помощи для решения конкретной проблемы отдельных лиц, групп населения и (или) организаций.
	Уметь	применять основные формы психологического вмешательства разного характера реализации в индивидуальном и групповом формате для решения задач в сфере профессиональной деятельности.
	Владеть	основными формами психологической помощи и инструментами психологического воздействия (методами профилактики, коррекции, развития, реабилитации) для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц.
ПК-1. Способен осуществлять групповое и индивидуальное консультирование клиентов	Знать	основы группового и индивидуального консультирования клиентов по оказанию экстренной психологической помощи
	Уметь	осуществлять групповое и индивидуальное консультирование клиентов по оказанию экстренной психологической помощи
	Владеть	навыками группового и индивидуального консультирования клиентов по оказанию экстренной психологической помощи
ПК-1.2. Разрабатывает программы индивидуальной и групповой работы по психологической поддержке клиентов	Знать	основы разработки программ индивидуальной и групповой работы по оказанию экстренной психологической помощи
	Уметь	разрабатывать программы индивидуальной и групповой работы по психологической поддержке клиентов

4. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Общий объем дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 108 академических часов.

ОФО

Вид учебной работы	Всего часов	Триместр
		Б
Контактная работа (всего)	66,2	66,2

в том числе:		
1) занятия лекционного типа (ЛК)	32	32
из них		
– лекции	32	32
2) занятия семинарского типа (ПЗ)	34	34
из них		
– семинары (С)		
– практические занятия (ПР)	34	34
– лабораторные работы (ЛР)		
3) групповые консультации		
4) индивидуальная работа		
5) промежуточная аттестация	0,2	0,2
Самостоятельная работа (всего) (СР)	41,8	41,8
в том числе:		
Курсовой проект (работа)		
Расчетно-графические работы		
Контрольная работа		
Реферат		
Самоподготовка (самостоятельное изучение разделов, проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам и т.д.)	38	38
Подготовка к аттестации	3,8	3,8
Общий объем, час	108	108
Форма промежуточной аттестации	Зачет	Зачет

ОЗФО

Вид учебной работы	Всего часов	Курс 4
		Г триместр
Контактная работа (всего)	44,2	44,2
в том числе:		
1) занятия лекционного типа (ЛК)	20	20
из них		
– лекции	20	20
2) занятия семинарского типа (ПЗ)	24	24
из них		
– семинары (С)		
– практические занятия (ПР)	24	24
– лабораторные работы (ЛР)		
3) групповые консультации		
4) индивидуальная работа		
5) промежуточная аттестация	0,2	0,2
Самостоятельная работа (всего) (СР)	63,8	63,8
в том числе:		
Курсовой проект (работа)		
Расчетно-графические работы		
Контрольная работа		
Реферат		
Самоподготовка (самостоятельное изучение разделов, проработка и повторение лекционного материала и материала учебников и учебных пособий, подготовка к лабораторным и практическим занятиям, коллоквиумам и т.д.)	60	60
Подготовка к аттестации	3,8	3,8
Общий объем, час	108	108
Форма промежуточной аттестации	Зачет	Зачет

5. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Содержание дисциплины

№ раздела	Наименование	Содержание раздела (темы)
-----------	--------------	---------------------------

(темы)	раздела (темы)	
1	Основы экстренной психологической помощи	Экстренная психологическая помощь (ЭПП) как вид деятельности психолога. Модель экстренной психологической помощи. Цели и принципы ЭПП. Межведомственное взаимодействие. Функции и внутригрупповое взаимодействие специалистов службы ЭПП. Контингент, место деятельности специалистов. Сферы воздействия, проблемы, длительность и частота контакта психолога с клиентом. Методы, и этапы оказания ЭПП.
2.	Классификация чрезвычайных ситуаций	Чрезвычайные ситуации техногенного характера. Чрезвычайные ситуации природного характера. Чрезвычайные ситуации экологического характера. Чрезвычайные ситуации по масштабу. Стадии развития чрезвычайной ситуации. Основные причины чрезвычайных ситуаций.
3.	Острая реакция на стресс	Понятие, причины и факторы острой реакции на стресс. Симптомы острой реакции на стресс: физиологические, эмоциональные, когнитивные, поведенческие. Основные реакции человека на экстремальную ситуацию, признаки и помехи: бред, галлюцинации, истерика, двигательное возбуждение, агрессия, ступор, страх, апатия, нервная дрожь, плач.
4.	Психологическая травма	Понятие психологической травмы. Виды психотравмирующих ситуаций. Виды психологических травм. Крушение базовых иллюзий. Стадии травм психики. Симптомы психотравмы.
5.	Методы работы с психологической травмой	Дебрифинг как метод неотложной психологической помощи. Фазы дебрифинга. Визуально-кинестетическая диссоциация, техника «Кинотеатр», техника «Стирание» травматических зрительных образов.
6.	Горевание	Горе как переживание потери, утраты. Стадии горя (модель Кюблера-Росса). Задачи горя в концепции Вильяма Вордена. Навыки психолога, сопровождающего горе. Вербальная работа с горем. Техники работы с горем: письма (гнева, вины, ответ), пустой стул, «Разрядка гнева», «Разрешение горевать», «Ритуалы», МАК.
7.	Психологическая помощь в ситуации развода	Развод и его стадии (по А. Маслоу). Психологические функции семьи и их нарушения. Установки на развод. Принципы работы с разводом. Признаки «готовности» к разводу. Стадии развода как утраты и техники работы с ним. Направления психологической поддержки при разводе.
8.	Ситуации психологического и физического насилия	Виды насилия: физическое насилие, домашнее насилие, психологическое насилие, экономическое насилие, сексуальное насилие, буллинг, троллинг, газлайтинг. Понятие жертва насилия. Психологическая помощь жертвам насилия. Особенности оказания помощи детям, пострадавшим от насилия.
9.	Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования	Суицид. Индикаторы суицидального риска, методы и методики диагностики суицидального риска. Антисуицидальные факторы. Организация психологической помощи при суицидальных действиях, намерениях, мыслях.
10.	Особенности оказания экстренной психологической помощи в рамках телефонного консультирования	Специфика деятельности службы оказания экстренной психологической помощи по телефону. Функциональные особенности телефонного консультанта. Правила ведения беседы. Отбор и подготовка телефонных консультантов.

5.2. Структура дисциплины

ОФО

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы)	Количество часов					
		Всего	ЛК	С	ПР	ЛР	СР
1.	Основы экстренной психологической помощи	10	4	-	2	-	4
2.	Классификация чрезвычайных ситуаций	8	2	-	2	-	4
3.	Острая реакция на стресс	14	4	-	6	-	4
4.	Психологическая травма	10	4	-	2	-	4
5.	Методы работы с психологической травмой	12	4	-	4	-	4

6.	Горевание	8	2	-	2	-	4
7.	Психологическая помощь в ситуации развода	10	2	-	4	-	4
8.	Ситуации психологического и физического насилия	10	2	-	4	-	4
9.	Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования	10	2	-	4	-	4
10.	Особенности оказания экстренной психологической помощи в рамках телефонного консультирования	12	6	-	4	-	2
	<i>Промежуточная аттестация</i>	0,2					
	<i>Подготовка к аттестации</i>	3,8					
	<i>Общий объем</i>	108	32	-	34	-	38

ОЗФО

№ раздела (темы)	Наименование раздела (темы)	Количество часов					
		Всего	ЛК	С	ПР	ЛР	СР
1.	Основы экстренной психологической помощи	9	2	-	2	-	6
2.	Классификация чрезвычайных ситуаций	7	2	-	2	-	4
3.	Острая реакция на стресс	12	2	-	4	-	6
4.	Психологическая травма	12	2	-	2	-	8
5.	Методы работы с психологической травмой	9	2	-	2	-	6
6.	Горевание	9	2	-	2	-	6
7.	Психологическая помощь в ситуации развода	9	2	-	2	-	6
8.	Ситуации психологического и физического насилия	9	2	-	2	-	6
9.	Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования	9	2	-	2	-	6
10.	Особенности оказания экстренной психологической помощи в рамках телефонного консультирования	14	2	-	4	-	6
	<i>Промежуточная аттестация</i>	0,2					
	<i>Подготовка к аттестации</i>	3,8					
	<i>Общий объем</i>	108	20	-	24	-	60

5.3. Занятия семинарского типа

ОФО

№ п/п	№ раздела (темы)	Вид занятия	Наименование	Количество часов
1	1.	ПР	Основы экстренной психологической помощи	2
2	2.	ПР	Классификация чрезвычайных ситуаций	2
3	3.	ПР	Острая реакция на стресс	6
4	4.	ПР	Психологическая травма	2
5	5.	ПР	Методы работы с психологической травмой	4
6	6.	ПР	Горевание	2
7	7.	ПР	Психологическая помощь в ситуации развода	4
8	8.	ПР	Ситуации психологического и физического насилия	4
9	9.	ПР	Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования	4
10	10.	ПР	Особенности оказания экстренной психологической помощи в рамках телефонного консультирования	4

ОЗФО

№ п/п	№ раздела	Вид	Наименование	Количество
-------	-----------	-----	--------------	------------

	(темы)	занятия		часов
1	1.	ПР	Основы экстренной психологической помощи	2
2	2.	ПР	Классификация чрезвычайных ситуаций	2
3	3.	ПР	Острая реакция на стресс	4
4	4.	ПР	Психологическая травма	2
5	5.	ПР	Методы работы с психологической травмой	2
6	6.	ПР	Горевание	2
7	7.	ПР	Психологическая помощь в ситуации развода	2
8	8.	ПР	Ситуации психологического и физического насилия	2
9	9.	ПР	Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования	2
10	10.	ПР	Особенности оказания экстренной психологической помощи в рамках телефонного консультирования	4

5.4. Курсовой проект (курсовая работа, расчетно-графическая работа, реферат, контрольная работа)
Не предусмотрен

5.5. Самостоятельная работа
ОФО

№ раздела (темы)	Виды самостоятельной работы	Количество часов
1.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
2.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
3.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
4.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
5.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
6.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
7.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
8.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
9.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
10.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	2

ОЗФО

№ раздела (темы)	Виды самостоятельной работы	Количество часов
1.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6
2.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	4
3.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6
4.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	8
5.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6
6.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6
7.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6
8.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6

9.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6
10.	Работа с научными источниками. Подготовка к практическим занятиям. Тестирование	6

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Лекционно-семинарско-экзаменационная система обучения.

Технологии деятельностного и диалогового обучения (групповые дискуссии, творческие задания, круглый стол)

Информационные технологии, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

- сбор, хранение, систематизация и выдача учебной и научной информации;
- обработка текстовой, графической и эмпирической информации;
- подготовка, конструирование и презентация итогов исследовательской и аналитической деятельности;
- самостоятельный поиск дополнительного учебного и научного материала, с использованием поисковых систем и сайтов сети Интернет, электронных энциклопедий и баз данных;
- использование электронной почты преподавателей и обучающихся для рассылки, переписки и обсуждения возникших учебных проблем.

На практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные с помощью программного приложения Microsoft PowerPoint, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

Интерактивные и активные образовательные технологии

№ раздела (темы)	Вид занятия (ЛК, ПР, С, ЛР)	Используемые интерактивные и активные образовательные технологии	Количество часов ОФО	Количество часов ОЗФО
1.	ПР	Творческое задание, решение кейсов	2	2
2.	ПР	Практическое задание, решение кейсов	2	2
3.	ПР	Творческое задание, решение кейсов	2	2
4.	ПР	Практическое задание, решение кейсов	2	2
6.	ПР	Практическое задание, решение кейсов	2	2
7.	ПР	Практическое задание, решение кейсов	2	2
8.	ПР	Практическое задание, решение кейсов	2	2
9.	ПР	Практическое задание, решение кейсов	2	2
10.	ПР	Практическое задание, решение кейсов	2	2

Практическая подготовка обучающихся

№ раздела (темы)	Вид занятия (ЛК, ПР, ЛР)	Виды работ	Количество часов ОФО	Количество часов ОЗФО
-	-	-	-	-

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ (ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ) ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Процедура оценивания происходит с использованием метода тестирования, защиты презентации и практических заданий, оценки уровня подготовки студента при ответе на вопросы устного опроса

Методическое описание подготовки и проведения тестирования

Не менее, чем за неделю до тестирования, преподаватель определяет обучающимся исходные данные для подготовки к тестированию: разделы (темы, вопросы), по которым будут задания в тестовой форме, литературу и источники (с точным указанием разделов, тем, статей) для подготовки.

Тесты выполняются во время аудиторных занятий (практических).

Количество вопросов в тестовом задании определяется преподавателем.

На выполнение тестов отводится 0,5-1 академический час.

Индивидуальное тестовое задание выдается обучающемуся на бумажном носителе. Также тестирование может проводиться с использованием компьютерных средств и программ в специально оборудованных помещениях.

При прохождении тестирования пользоваться конспектами лекций, учебниками не разрешено.

Примеры тестовых заданий, а также критерии и шкала оценки приведены в п.3. Фонда оценочных средств.

Методическое описание подготовки и проведения устного опроса

Устные опросы проводятся преподавателем во время аудиторных занятий (лекционных или практических).

Основные вопросы для устного опроса доводятся до сведения студентов на предыдущем занятии.

Количество вопросов определяется преподавателем.

Время проведения опроса от 10 минут до 1 академического часа.

Устные опросы необходимо строить так, чтобы вовлечь в тему обсуждения максимальное количество обучающихся в группе, проводить параллели с уже пройденным учебным материалом данной дисциплины и смежными курсами, находить удачные примеры из современной действительности, что увеличивает эффективность усвоения материала на ассоциациях.

Перечень вопросов для проведения устных опросов, а также критерии и шкала оценки приведены в п.3. Фонда оценочных средств.

Методическое описание подготовки и проведения практических заданий

Преподаватель заранее подготавливает весь информационный комплекс, готовит бланки с практическими заданиями. Время решения практических заданий указано в самом бланке. Студенты самостоятельно изучают и прорабатывают теоретический и справочный материал по теме. Практические задания на усмотрение преподавателя могут быть предложены для решения как индивидуально, так и подгруппе студентов (до 3 человек).

Содержание практических заданий, а также критерии и шкала оценки приведены в п.3. Фонда оценочных средств.

Методическое описание подготовки и проведения защиты презентаций

Темы презентаций предлагает преподаватель, студент может предложить свой вариант темы (обговаривается и согласовывается с преподавателем). Преподаватель определяет вид работы: индивидуальная или групповая. Результаты презентации оценивает преподаватель, могут быть привлечены студенты в рамках взаимооценки.

Список тем презентаций, а также критерии и шкала их оценки приведены в п.3. Фонда оценочных средств.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания в рамках промежуточной аттестации

Зачет (дифференцированный зачет) – это форма промежуточной аттестации, задачей которого является комплексная оценка уровней достижения планируемых результатов обучения по дисциплине.

Зачет для очной формы обучения проводится за счет часов, отведенных на изучение соответствующей дисциплины.

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя оценку результатов текущего контроля успеваемости студента в течение периода обучения по дисциплине. Для получения зачета необходимо иметь оценки, полученные в рамках текущего контроля успеваемости, по каждой теме, предусмотренной дисциплиной.

В критерии итоговой оценки уровня подготовки, обучающегося по дисциплине, входят:

- уровень усвоения студентом материала, предусмотренного рабочей программой;
- уровень практических умений, продемонстрированных студентом при выполнении практических заданий;
- уровень освоения компетенций, позволяющих выполнять практические задания;
- логика мышления, обоснованность, четкость, полнота ответов.

Зачет для очно-заочной и заочной формы по дисциплине включает в себя: собеседование преподавателя со студентами по контрольным вопросам и выполнение студентами практических заданий. Контрольный вопрос – это средство контроля усвоения учебного материала дисциплины.

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя беседу преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, беседа рассчитана на выяснение объема знаний, обучающегося по определенной теме дисциплины.

Контрольные вопросы и практические задания к зачету (грамматические и связанные с интерпретацией текста) доводятся до сведения студентов заранее.

При подготовке к ответу пользование учебниками, учебно-методическими пособиями, средствами связи и электронными ресурсами на любых носителях запрещено.

На ответ студента по каждому контрольному вопросу и выполнение практического задания отводится, как правило, 3–5 минут.

После окончания ответа преподаватель объявляет обучающемуся оценку по результатам зачета, а также вносит эту оценку в аттестационную ведомость, зачетную книжку.

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося определяется оценками «зачтено»/«не зачтено» при зачете или «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» при дифференцированном зачете.

7.1 . Типовые контрольные задания

Типовые задания для текущего контроля успеваемости

Перечень типовых тестовых заданий

- 1. Основная цель экстренной психологической помощи в первые часы после событий**
 - а. Провести глубокий анализ детских травм
 - б. Построить новую, более устойчивую личность.
 - в. Стабилизировать состояние, снизить остроту симптомов дистресса

- г. Добиться полного осознания причины произошедшего
- 2. Симптомы, характерные для острой стрессовой ситуации**
- а. Двигательное возбуждение (гиперактивность)
- б. Ступор, оглушенность
- в. Стойкие галлюцинации, растущие неделями
- г. Тревога, плача, апатия
- 3. Как трансформируется принцип добровольности в условиях ЭПП**
- а. Психолог пассивно ждет, когда к нему вернуться
- б. Психолог активно, но ненавязчиво предлагает помощь «окольными путями»
- в. Помощь оказывается в порядке очереди, если человек в стопоре
- г. Принцип полностью учитывает свою актуальность
- 4. К «ресурсным» людям в условиях ЧС относятся**
- а. Только профессиональные спасатели
- б. Лица, сохраняющие самообладание и средства оказания посильной поддержки другим странам
- в. Исключительно преступников
- г. Только люди, не находившиеся в эпицентре событий
- 5. При оказании ЭПП в первые часы после травмы НЕ рекомендуется**
- а. Давать элемент
- б. Говорить спокойным голосом
- в. Детально расспросить о самых страшных моментах событий
- г. Помогать установить контакт с родственниками
- 6. ЭПП сравнима со скорой медицинской помощью: важна скорость оказания помощи.**
- а. Верно
- б. Неверно
- 7. Психолог на месте ЧС должен в первую очередь работать с застаревшими психическими преступниками**
- а. Верно
- б. Неверно
- 8. Контингент для получения ЭПП включает в себя не только уголовных преступников, но и очевидцев, родственников, а также спасателей.**
- а. Верно
- б. Неверно
- 9. Завершение работы ЭПП означает, что у пострадавшего полностью исчезли все негативные последствия.**
- а. Верно
- б. Неверно
- 10. «Поиск якорей» — это техника, направленная на активацию внутренних и внешних ресурсов человека для совладания с кризисом.**
- а. Верно
- б. Неверно
- 11. Принцип ЭПП, гласящий, что помощь должна быть оказана как можно быстрее для снижения риска хронизации расстройств.**
- а. Близость к случайным событиям
- б. Безотлагательность
- в. Ожидание, что нормальное состояние восстановится
- г. Единство воздействия
- 12. Травмирующий фактор, связанный с разрушением иллюзий собственного бессмертия и изменением «познавательной карты» мира.**
- а. Недостаток контроля
- б. Поведение во время событий
- в. Экспозиция смерти
- г. Моральная неуверенность
- 13. Фаза, для которой характерны чувства разочарования, гнева, негодования из-за сокрушений, надежда на быструю помощь**
- а. Героическая фаза
- б. Фаза восстановления
- в. Фаза разочарования
- г. Фаза «медового месяца»
- 14. По классификации М.М. Решетникова, фаза «психофизиологической демобилизации»**
- а. Обострение восприятия и безрассудная смелость
- б. Резким учитывает самочувствие, панические реакции, снижение эффективности деятельности
- в. Активизация межличностного общения и появления шуток

г. Ощущению угрозы и игнорированию опасности

15. Основная цель «Информационная терапия», направленная на людей в завале.

а. Провести психологическую оценку их состояния

б. Дать подробную техническую инструкцию по самоспасению

в. Психологически поддерживать надежность, снижать страх и давать ощущение связи с сигналом

тревоги.

г. Ускорить темп спасательных работ

16. Определите последовательность фаз развития психологических состояний при экстремальных

объектах

а. Фаза «медового месяца»

б. Героическая фаза

в. Фаза разочарования

г. Фаза восстановления

17. Соотнесите понятие и его характеристику

1. Выученная беспомощность	Состояние, при котором человек, столкнувшись с неподконтрольными событиями, прекращает попытки повлиять на ситуацию, даже когда возможность появляется
2. Госпитализм	Совокупность психических и соматических нарушений из-за длительного пребывания в стационаре в отрыве от дома и близких
3. Героическая фаза	Фаза реакции на катастрофу, характеризующаяся альтруизмом, предельной мобилизацией и снижением критичности к опасности
4. Интервенция в поверхностные слои	Работа с симптоматикой, а не с глубинными синдромами, в остром периоде.

18. Принцип «Ожидание, что нормальное состояние восстановится» приводит в исполнение приговор с осуждением как с пациентом, нуждающимся в длительном процессе

а. Верно

б. Неверно

19. Одним из первых правил помощи психологам является начало действий без предварительного наблюдения за соблюдением мер безопасности.

а. Верно

б. Неверно

20. Техника «5-4-3-2-1» для экстренной саморегуляции психолога или осужденного посредством обращения внимания на задержание

а. Верно

б. Неверно

21. Острая реакция на стресс — это

а. Хроническое психическое расстройство, развивающееся через полгода после травмы

б. Интенсивная, но строгая реакция дезорганизации психики в ответ на очевидный стрессогенный

фактор

в. Слабость характера и неумение владеть собой

г. Реакция, которая разрабатывает только у физически травмированных людей

22. Какое из консервативных преобразований является НАИБОЛЕЕ адаптивным (целительным) в рамках острой ситуации со стрессом, и его не следует активно останавливать?

а. Психомоторное возбуждение

б. Истерика

в. Нервная дрожь

г. Ступор

23. При оказании помощи человеку в ступоре важно помнить, что

а. Он ничего не слышит и не понимает

б. С ним громко нужно и резко поговорить, чтобы «вывести из оцепенения»

в. Он может воспринимать происходящее, но не может реагировать

г. Его нужно немедленно оставить в своем приезде к врачу.

24. Основной принцип помощи при агрессии

а. Дать физический выход, чтобы обезопасить себя и других

б. Осудить человека и призвать его к совести

в. Дать возможность «выпустить пар» социально приемлемым способом и перенаправить энергию

г. Изолировать и стоять рядом с тех пор, пока он не успокоится сам

25. **Признаки, характерные для острой реакции на стресс**
 а. Частичная амнезия травмирующих событий
 б. Быстрая смена состояния (от ступора к возбуждению)
 в. Симптомы, развивающиеся стабильно более 1 месяца
 г. Оглушенность, ощущение «тумана в голове».
26. **Для состояния психомоторного возбуждения характерно**
 а. Полная обездвиженность и молчание
 б. Бесцельные, хаотичные действия и возросшая речевая активность
 в. Глубокий, восстанавливающий сон
 г. Спокойный, аналитический разбор произошел
27. **При оказании помощи человеку в состоянии нервной дрожи необходима**
 а. Крепко обнять его и укутать в одеяло
 б. Дательное успокаивающее лекарство
 в. Усилить дрожь, потрясти за плечи и дать ей пройти
 г. Приказать взять себя в руки
28. **Главная задача психолога при работе с острой реакцией на стресс — это**
 а. Провести глубокий психоанализ травмы
 б. Стабилизировать состояние, дать шанс на запуск конструкции восстановления
 в. Научить человека техникам релаксации на будущее
 г. Найти виновника произошедшего
29. **Основной принцип помощи при истерике включает**
 а. Удовлетворение всех обвинений для скорейшего успокоения

Поддержание внимания для достижения эффекта группы поддержки

- б. Изоляция от звука и прерывание с помощью быстрого, но безопасного стимула.
 в. Детальный расспрос о причинах произошедшего

30. **Ключевой алгоритм помощи при острой реакции на стресс**

- а. Диагностировать, обследовать, лечить
 б. Успокоить, заземлить, направить
 в. Выслушать, посочувствовать, дать совет
 г. Изолировать, обеспечивать, передавать врачу

31. **Психологическая травма, в отличие от стресса, характеризуется**

- а. Кратковременным напряжением
 б. Нарушением базовых представлений о безопасности и выгоды мира
 в. Повышение работоспособности
 г. Легкой адаптации после событий

32. **Стадия, на которой человек может творить героические поступки, не чувствуя страха и боли, —**

это

- а. Витальные состояния
 б. Эмоциональный шок
 в. Демобилизация
 г. Восстановление

33. **Хроническая психотравма всегда осознается человеком как травмирующая**

- а. Верно
 б. Неверно

34. **Крушение иллюзий собственного бессмертия часто приводит человека к экзистенциальным вопросам о смысле жизни.**

- а. Верно
 б. Неверно

35. **Основная цель экстренной психологической помощи — проработать глубинные причины травмы.**

- а. Верно
 б. Неверно

36. **Установите соответствие между видом травмы и примером**

1. Шоковая травма	а. Системная травля ребенка в школе на протяжении нескольких лет
2. Травма отношений	б. Внезапная гибель супруги в аварии
3. Хроническая травма	в. Измена партнера в доверительных отношениях
4. Травма потеря	г. Пребывание в открытом военном конфликте с открытой угрозой для жизни

37. **Установите правильную последовательность стадий развития психологической травмы.**

- а. Демобилизация психики
 б. Витальные реакции
 в. Эмоциональный шок

- г. Отставленные реакции
- д. Восстановление
- е. Разрешение

38. Установите соответствие между стадиями психологической травмы и характеристиками этих стадий

1. Витальные реакции	а. Опустошенность или недоумение	б.
2. Эмоциональный шок	в. Увеличивается выносливость и работоспособность	г.
3. Демобилизация психики	д. Не отказывается делиться пережитым	е.
4. Восстановление	ж. Повышается реакция самосохранения	з.

39. Кто разработал метод дебрифинга

- а. Зигмунд Фрейд
- б. Джеффри Митчелл
- в. Карл Роджерс
- г. Ричард Бенелер

40. Каков срок проведения дебрифинга после критического происшествия

- а. 6 часов
- б. 24 часа
- в. 48 часов
- г. 7 дней

41. Какова рекомендуемая продолжительность введения фазы дебрифинга

- а. 5 минут
- б. 15 минут
- в. 45 минут
- г. 1 час

42. Какая фаза дебрифинга обычно является самой продолжительной

- а. фаза фактов
- б. фаза мысли
- в. фаза переживаний
- г. фаза финал

43. Что происходит на этапе реадaptации дебрифинга

- а. обсуждаются факты событий
- б. о последних симптомах
- в. обсуждаются и планируются стратегии достижения успеха, будущее
- г. участники знакомятся с правилами

44. Какие правила соблюдаются при дебрифинге

- а. конфиденциальность
- б. право молчать, если не хочешь говорить
- в. обязательное высказывание всем участникам по кругу
- г. отсутствие оценок, критики и приговоров

45. Соотнесите фазу дебрифинга с ее основной задачей

1. Вводная фаза	а. Представление команды, объяснение целей, установление правил
2. Фаза фактов	б. Восстановление объективной картины произошедшего
3. Фаза мысли	в. Фокус на процессах принятия решений и первых идеях
4. Фаза переживаний	г. Создание условий для выражения сильных чувств в благоприятной среде
5. Фаза симптомов	д. Описание симптомов, их детализация

46. Согласно модели Э. Кюблер-Росс, правильная последовательность стадий горя (в классическом виде):

- а. Гнев — Торг — Шок — Депрессия — Принятие
- б. Отрицание — Гнев — Торг — Депрессия — Принятие
- в. Шок — Депрессия — Гнев — Принятие — Торг
- г. Торг — Отрицание — Гнев — Принятие — Депрессия

47. Согласно концепции Дж. Вильяма Вордена, что означает «Задача Пережить боль потерь»?

- а. Признать и прочувствовать сложные чувства (гнев, вину, печаль), связанные со ставшим утром
- б. Забыть об утрате и не прийти к болезненным воспоминаниям
- в. Подавить боль, чтобы быстрее вернуться к работе
- г. Заменить большую физическую активность

48. Какое высказывание психолога является наиболее корректным и поддерживающим в ситуации острого горя?

- а. «Не плачьте, ему/ей бы это не понравилось»
- б. Я понимаю ваши чувства, я тоже терял близкого»
- в. «Это нормальная реакция на ненормальные обстоятельства. Я рядом»
- г. «Держитесь, жизнь на этом не заканчивается»

49. Согласно концепции Дж. Вильяма Вордена, что означает «Задача 2 — Пережить боль потери»?

- а. Забыть об утрате и не возвращаться к болезненным воспоминаниям
- б. Подавить боль, чтобы быстрее вернуться к работе
- в. Признать и прочувствовать сложные чувства (гнев, вину, печаль), связанные с утратой
- г. Заменить боль физической активностью

50. Какие из перечисленных факторов могут указывать на «застывание» в процессе горевания (риск патологии)?

- а. Человек испытывает гнев на врачей через 2 недели после утраты
- б. Человек не может выполнять задачи горя (например, наладить быт) более 1-1.5 лет после утраты
- в. Человек периодически возвращается к стадии депрессии после временного улучшения
- г. Человек полностью отрицает факт утраты спустя год

51. Какое из утверждений лучше всего отражает современный взгляд на последовательность стадий горя (модель Э. Кюблер-Росс)?

- а. Стадии всегда следуют строго друг за другом, пропуск невозможен.
- б. Стадии могут чередоваться, возможны возвраты на предыдущие этапы.
- в. Все люди проходят стадии в одном и том же временном интервале.
- г. Стадии характерны только для утраты в результате смерти, при других потерях они не наблюдаются.

52. Какие проявления относятся к стадии торга (вины и навязчивостей) по Кюблер-Росс?

- а. «Если бы я тогда не сказал этих слов, он бы не ушел».
- б. «Я ненавижу всех счастливых людей».
- в. «Я готов на всё, лишь бы это оказалось ошибкой».
- г. «Я постоянно проверяю его страницу в соцсетях, хотя мы уже год как расстались».
- д. «У меня нет сил даже встать с постели».

53. Согласно концепции Вильяма Вордена, успешное завершение задачи 4 «Выстроить новое отношение к утраченному и продолжить жить» можно констатировать при наличии следующих признаков:

- а. Человек перестал испытывать печаль при упоминании об утрате.
- б. Человек может говорить об ушедшем без острой боли.
- в. Основная часть эмоциональной энергии направлена на новые отношения и события.
- г. Человек полностью исключил воспоминания о прошлом.
- д. Человек сохраняет память, но утраченный объект перестал занимать центральное место в его внутреннем мире.

54. Установите соответствие между типом утраты и примером

Тип утраты	Пример
1. Потеря идентичности	а. Человек вышел на пенсию и перестал ощущать свою значимость.
2. Потеря благополучия	б. В доме напротив начали делать шумный ремонт, который длится уже полгода.
3. Потеря автономности	в. Во время пандемии человек не мог выходить из дома.
4. Потеря мечты и ожиданий	г. Женщина узнала, что из-за бесплодия не сможет иметь детей.

55. Установите соответствие между техникой работы с горем и её преимущественным назначением.

Техника	Назначение
1. «Письмо гнева»	А. Создание условий для безопасного выражения агрессии через физическое действие.
2. «Пустой стул»	Б. Завершение внутреннего диалога с объектом утраты, когда письмо не даёт облегчения.

Техника	Назначение
3. «Разрядка гнева»	В. Осознанное выражение злости и обиды в письменной форме для освобождения от подавленных чувств.
4. «Разрешение горевать по графику»	Г. Структурирование времени для проживания горя, когда обстоятельства не позволяют горевать спонтанно.

- 56. Восстановите правильную последовательность этапов духовного уровня переживания утраты**
- Шок
 - Дезорганизация
 - Трансценденция
 - Синтез
 - Реорганизация

57. Мозг реагирует на психологическую потерю (отвержение, горе) следующим образом:

- Активируются только зоны, отвечающие за рациональное мышление.
- Активируются те же зоны, что и при физической боли.
- Реакция мозга на психологическую потерю отсутствует, так как это «надуманная» проблема.
- Активируются зоны, отвечающие исключительно за зрительные образы.

58. Какие из перечисленных высказываний психолога относятся к некорректным (травмирующим) в работе с горящим клиентом?

- «Ваши чувства мне так понятны».
- «Давайте назовём вещи своими именами: ваш муж умер».
- «Вы должны уже справиться с этим, прошло уже полгода».
- «Скажите, что я могу сделать для вас прямо сейчас?»
- «Не плачьте, ему бы не понравилось, что вы расстраиваетесь».

59. Какие утверждения о технике «Письма» (гнева, вины, ответа) верны?

- Письма обязательно пишутся от руки, а не печатаются.
- Психолог обязательно читает и анализирует содержание писем вместе с клиентом.
- После написания письма необходим ритуал его завершения (сжечь, закопать и т.д.).
- Техника подходит для работы с чувством вины, когда клиент просит прощения у умершего.
- Письма следует писать только на сессии под руководством психолога, домашнее задание недопустимо.

недопустимо.

60. «Застывание» в стадии отрицания (например, сохранение всех вещей ушедшего супруга без изменений быта) спустя год после потери является:

- Нормативным проявлением нормального горя.
- Основанием для направления к психиатру.
- Поводом для психологической работы, так как может свидетельствовать о нарушении задач горя.
- Личностной особенностью, не требующей внимания.

Критерии и шкала оценки тестовых заданий

Количество правильных ответов:

Менее 52% - «неудовлетворительно»

53-70% – «удовлетворительно»

71-85% – «хорошо»

86-100% – «отлично»

7.2 Типовые темы презентаций

- Мартин Селигман: от «Выученной беспомощности» к позитивной психологии. Как теория Селигмана помогает понять механизмы формирования ПТСР и разработку методов психопрофилактики для спасателей?
- «Второе стихийное бедствие»: социальная дезорганизация после крупной ЧС. Роль психолога в профилактике паники, слухов и конфликтов в сообществе на этапе послевоздействия.
- «Голос в завале»: технологии и психология информационной терапии. Современные технические средства (георадары, датчики, роботы) и их влияние на содержание и эффективность психологического воздействия на изолированных пострадавших.
- Сравнительный анализ моделей фаз развития кризиса (Рафаэль, Решетников, Александровский). Сильные и слабые стороны каждой модели для прогнозирования и планирования психологической помощи.
- Профилактика «травмы сострадания» и выгорания у психологов ЭПП. Методы саморегуляции, супервизии и взаимопомощи в профессиональном сообществе.

6. Этика и границы: Где проходит грань между нормальной реакцией на стресс и психологической травмой, требующей профессионального вмешательства? Можно ли использовать этот критерий на практике?
7. Культурный контекст: Могут ли «базовые иллюзии» различаться в разных культурах? Как это может влиять на переживание и восприятие травмы?
8. «Вторичная травматизация»: Что может чувствовать и как себя вести психолог, долго работающий с травмированными клиентами? Как защитить себя от выгорания и «впитывания» чужой боли?
9. «Забыть или интегрировать?» Возможно ли полное «забывание» травмы? В чем терапевтический смысл метафоры «кинцуги» для психолога и клиента?
10. «Психология и культура: Трансформация похоронных ритуалов в современном обществе и их психологический смысл».
11. Виды насилия: физическое насилие, домашнее насилие, психологическое насилие, экономическое насилие, сексуальное насилие, буллинг, троллинг (на выбор).
12. Психологическая диагностика при оказании экстренной психологической помощи
13. Техники, методы и направления, используемые в экстренном психологическом консультировании.
14. Функциональные особенности телефонного консультанта. Правила ведения беседы.
15. Отбор и подготовка телефонных консультантов.

Критерии и шкала оценки презентаций

Оценка	Критерии
Отлично	<i>Отлично</i> ставится, если содержание работы полностью соответствует заданию. Студент демонстрирует всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умение свободно выполнять творческое задание (презентацию). Полно освещает заданную тему, её актуальность и новизну. Содержание работы полностью соответствует выбранной тематике. Материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком, с использованием современных научных терминов. Студент продемонстрировал в полном объеме: необходимые знания и умения; умение пользоваться нормативной, справочной и специальной литературой; обоснованность результатов и выводов, оригинальность идеи; способность представлять результаты исследования в творческой форме; обоснование возможности практического использования полученных данных. Продemonстрирован личный вклад студента в работу. Оформление работы в целом отвечает установленным требованиям.
Хорошо	<i>Хорошо</i> ставится, если содержание работы достаточно полностью соответствует заданию. Студент демонстрирует знание учебного материала, умение успешно выполнить творческое задание (презентацию), усвоение основной литературы, рекомендованной в программе. Достаточно полно освещает заданную тему, её актуальность и новизну. Материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки (или оговорки), исправленные по требованию преподавателя. Научная терминология используется достаточно, отражена новизна полученных данных, выводы достаточно обоснованы. Оценка «хорошо» выставляется магистрам, показавшим систематический характер знаний учебного материала и способным к их самостоятельному пополнению и обновлению в ходе дальнейшей учебной работы и профессиональной деятельности. Достаточно обоснование возможности практического использования полученных данных. Достаточно продемонстрирован личный вклад обучающегося в работу. Оформление работы отвечает установленным требованиям.
Удовлетворительно	При <i>удовлетворительном</i> ответе содержание работы недостаточно полностью соответствует заданию. Студент демонстрирует недостаточное освещение заданной темы, допущены погрешности и неточности, допускает одну существенную ошибку, но обладающим необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя. Недостаточно освещает заданную тему, её актуальность и новизну. Научная терминология используется недостаточно, выводы недостаточно обоснованы. Студент, обнаруживший знания основного учебного материала в объеме, необходимом для дальнейшей учебы и предстоящей работы по профессии, справляющийся с выполнением заданий, предусмотренных программой. Личный вклад студента в работу недостаточен. Оформление работы не полностью отвечает установленным требованиям.
Неудовлетворительно	При <i>неудовлетворительном</i> ответе содержание работы не соответствует заданию. Выставляется обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении творческого задания (презентации). Оценка «неудовлетворительно» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании образовательного учреждения без дополнительных занятий по соответствующей дисциплине. В работе продемонстрирован низкий уровень знаний, допущены большие неточности, наблюдаются значительные неточности в использовании научной терминологии, нет выводов, ограничен объем творческого продукта. Оформление работы не отвечает установленным

7.3. Типовые ситуационные задачи (кейсы)

Кейс 1: «Железнодорожная станция»

Ситуация: После схода с рельсов пригородной электрички на платформе находится около 30 человек. Вы – психолог, прибывший в составе одной из первых бригад. Среди пострадавших вы заметили:

1. Молодого человека, который быстро ходит вдоль платформы, что-то бормочет себе под нос и пытается помочь всем сразу, но его действия хаотичны.
2. Пожилую женщину, сидящую на лавочке. Она неподвижна, смотрит в одну точку, не реагирует на вопросы.
3. Мужчину 40 лет, который громко кричит на сотрудника РЖД, обвиняя его в произошедшем.
4. Девушку-волонтера, которая организовала пункт выдачи воды и спокойно успокаивает плачущего ребенка.

Задание: Проведите психологический триаж. Распределите этих людей по группам (красная, желтая, зеленая бирка). Объясните свой выбор и опишите план действий для каждого.

Кейс 2: «Горячая линия»

Ситуация: На телефон доверия после крупного пожара в торговом центре звонит женщина. Ее дочь была в этом ТЦ, связь прервалась. Женщина говорит быстро, срывающимся голосом, постоянно повторяет: «Я должна была ее не пускать, это моя вина!». Она не может сосредоточиться на вопросах о том, где сейчас находится, какие службы уже опросила.

Задание: Определите, симптомы какой острой стрессовой реакции проявляются. Опишите ваши первые шаги в оказании ЭПП по телефону.

Кейс 3: «Фаза героизма и последующий срыв»

Ситуация: Во время внезапного паводка в городе Н. местный житель, Алексей (35 лет), на своей лодке в течение 5 часов под непрекращающимся дождем эвакуировал людей с крыш затопленных домов, включая детей и пожилых. Он работал на пределе сил, отказываясь от отдыха. На следующий день, когда приехали организованные спасатели, Алексей ушел домой. Через три дня соседи нашли его в состоянии полной апатии: он не вставал с кровати, отказывался от еды, на вопросы не отвечал, лишь повторял: «Все равно всех не спас...».

Задание:

1. Опишите, на какой фазе развития психологической реакции (по классификации из лекции) находился Алексей в первый день и через три дня.
2. Объясните динамику его состояния.
3. Сформулируйте рекомендации психологу, который работает с Алексеем на 4-й день после события.

Кейс 4: «Информационная терапия и фактор внезапности»

• **Ситуация:** В результате внезапного взрыва газа в жилом доме произошло частичное обрушение подъезда. Из-под завалов доносятся голоса и стук. Спасательные работы осложнены риском дальнейших обрушений и идут медленно. Люди в завале кричат, спрашивают, почему их не спасают. Родственники, собравшиеся на улице, в панике и агрессии.

Задание:

1. Назовите ключевые **травмирующие факторы** для людей в завале и для их родственников.
2. Разработайте текст для «**информационной терапии**», обращенный к людям в завале (3-4 ключевых тезиса). Какие фразы использовать категорически нельзя?
3. Какой **принцип ЭПП** является самым критичным в этой ситуации и почему?

Кейс 5: «В зоне затопления»

• **Ситуация:** В небольшом городке произошло внезапное наводнение. Прошло 5 дней. Часть людей эвакуирована в пункт временного размещения (ПВР). Вы, как психолог, обходите палатки. Вы видите:

- *Семью 1:* Активно обустривают быт, помогают соседям, уверены, что «власти скоро всё восстановят, дадут новое жилье».
- *Мужчину 50 лет:* Сидит в углу, почти не говорит. На вопросы о том, как он себя чувствует и что ему нужно, пожимает плечами: «Какая разница... Всё равно ничего не изменить». Отказывается от участия в распределении гуманитарной помощи.

Задание:

- 1) Определите, в каких фазах психологической реакции (по классификации из лекции) находятся первая семья и мужчина. Обоснуйте.
- 2) Какой травмирующий фактор из лекции ярче всего проявляется в состоянии мужчины?
- 3) Сформулируйте принципы помощи (из начала лекции), которые будут ключевыми для работы с каждым из них.

Кейс 6: «Работа с завалом»

- **Ситуация:** После обрушения здания известно, что в завале есть люди. Спасательные работы идут уже 12 часов. Доступ к части завала затруднен. Было принято решение применить «информационную терапию».
- **Задание:** 1) Сформулируйте 3 ключевых сообщения, которые должны быть переданы людям под завалом, и объясните их психологический смысл. 2) Какая фаза реакции (по Решетникову) вероятнее всего у тех, кто в завале, через 12 часов? Какие симптомы этой фазы «информационная терапия» призвана смягчить?

Кейс 7: «На месте ДТП»

Ситуация: Вы прибываете на место аварии. В машине один пострадавший (водитель), он в сознании, но выглядит оглушенным. Рядом стоит женщина (его жена, пассажирка, не пострадала физически). Она трясется, зубы стучат, на вопросы отвечает односложно, смотрит в сторону разбитой машины. Чуть поодаль их взрослый сын, который подъехал следом, кричит на сотрудника ГИБДД, обвиняет его в медлительности, размахивает руками, его речь бессвязна.

Задание: Расположите пострадавших в порядке приоритетности оказания психологической помощи. Обоснуйте. Для каждого опишите вашу первую фразу/действие.

Кейс 8: «Чувство вины»

Ситуация: После пожара в торговом центре вы работаете с сотрудником охраны, который дежурил в тот день. Он не пострадал физически, но постоянно повторяет: «Я должен был все проверить еще раз... Это я виноват... Я не человек». Сидит сгорбившись, в разговоре часто замолкает, взгляд опущен.

Задание: Опишите стратегию работы с этим пострадавшим. Каких фраз и действий следует избегать? Какие — использовать?

Кейс 9: «После взрыва в жилом доме»

Ситуация: На место происшествия через 1,5 часа прибывает психолог МЧС. Среди пострадавших он видит мужчину лет 35, который стоит неподалеку от разбора завалов. Он непрерывно говорит, перескакивая с темы на тему: «Я только вышел за хлебом... А там Маша... Она же должна была уехать к маме! Я звонил, трубку не берут... Надо было остаться... А может, это газ? Я же вчеда говорил, что там пахнет!» Движения резкие, руки дрожат, на предложение сесть и отдохнуть отвечает раздражённо: «Какое сидеть?! Там люди!»

Задание:

- 1) Определите тип острой стрессовой реакции и обоснуйте.
- 2) Сформулируйте первоочередную и последующую задачи психолога.
- 3) Какие конкретные техники/фразы следует применить?

Кейс 10: «Свидетель нападения»

Ситуация: Девушка 20 лет стала свидетельницей уличного нападения с ножом. Нападавший скрылся, жертве вызвали скорую. Когда к девушке подходит психолог-доброволец через 20 минут, она сидит на лавочке, плотно сжавшись, обхватив себя руками. На вопросы не отвечает, взгляд «остекленевший», направлен в пустоту. Дыхание поверхностное, на легкое прикосновение к плечу не реагирует.

Задание:

- 1) Определите тип острой стрессовой реакции.
- 2) Перечислите ключевые «НЕЛЬЗЯ» в этой ситуации.
- 3) Составьте алгоритм действий психолога на первые 10 минут.

Кейс 11: «Родственник в больнице»

Ситуация: В приемном отделении больницы женщина 45 лет, только что узнавшая о тяжелом состоянии сына после аварии, начинает громко рыдать, затем кричать на врачей: «Вы должны его спасти! Вы что, не можете?! Это все из-за вас!». Она падает на колени, хватая врача за халат, ее крики слышны по всему этажу. Окружающие в замешательстве.

Задание:

- 1) Назовите тип реакции.
- 2) Объясните, почему помощь при этой реакции часто является приоритетной на месте ЧС.
- 3) Каковы первые три действия психолога?

Кейс 12: «Анастасия после пожара»

Ситуация: Студентка Анастасия (20 лет) пережила пожар в общежитии 3 месяца назад. Физически не пострадала, но была свидетельницей паники и эвакуации. Сейчас она жалуется на постоянную бессонницу, кошмары, в которых она не может выбраться из горящего здания. При звуке сирены или запахе гари она замирает, у нее учащается сердцебиение, начинается тремор рук. На парах стала рассеянной, избегает общих мероприятий, говорит: «Я теперь понимаю, что безопасность — это иллюзия».

Задание для студентов:

- 1) Определите тип психотравмы.
- 2) Назовите ключевые симптомы (физические, когнитивные, эмоциональные).
- 3) Предположите, на какой стадии проживания травмы находится Анастасия?
- 4) Какая базовая иллюзия была разрушена?

Кейс 13: «Максим: наследство хронической травмы»

Ситуация: Максим (30 лет) обратился к психологу с жалобами на неспособность строить долгие отношения и частые конфликты на работе. В детстве он рос в семье с авторитарным отцом-алкоголиком, который постоянно унижал его и мать. Максим говорит: «Я всегда сам за себя. Доверять нельзя никому. Сильный всегда прав». Он не считает свое детство травмирующим: «Все так жили, терпели».

Задание для студентов:

- 1) К какому виду по длительности и по содержанию относится эта травма?
- 2) Почему такая травма «коварна»?
- 3) Какие симптомы «травмы отношений» здесь видны?
- 4) С какими последствиями «крушения базовых иллюзий» можно работать?

Кейс 14. «Его не вернуть»

Ситуация: Женщина, 35 лет, 2 месяца назад внезапно умер муж. На консультацию приходит в состоянии оцепенения. Говорит: «Я до сих пор ставлю ему тарелку на ужин. Мне кажется, он просто задержался на работе. Если я уберу его вещи, это будет предательством. Врачи — убийцы, они ничего не сделали!» В конце сессии добавляет: «А если бы я настояла на госпитализации раньше, он бы остался жив».

Вопросы:

1. Какие стадии горя (Кюблер-Росс) наблюдаются в данном запросе?
2. Какие задачи горя (Ворден) нарушены?
3. Каким будет первичный ответ психолога?

Кейс 15. «Без слез»

Ситуация: Мужчина, 45 лет, потерял работу 6 месяцев назад (руководитель крупного отдела). На консультации держится «железно», улыбается, говорит: «Да ерунда, найду новую, не переживайте. Жена переживает больше, а я сильный. Главное — держаться и не раскисать». Жалуется на бессонницу и боли в спине, которые «врачи не могут вылечить». На вопрос о чувствах отвечает: «Какие чувства? Делом надо заниматься».

Вопросы:

1. О какой стадии горя (или «застревании») может идти речь?
2. Какая задача горя (Ворден) не выполняется и в чем это проявляется?
3. Какова мишень психологической работы?

Кейс 16. «Новая жизнь»

Ситуация: Женщина, 60 лет, год назад вышел на пенсию. Рассказывает: «Первые полгода я просто не знала, куда себя деть. Злилась на мужа, на правительство, плакала. Потом поняла, что сидеть дома — это не для меня. Я записалась на курсы экскурсоводов, теперь вожу группы по городу. Мне это очень нравится. Конечно, я скучаю по коллегам и тому статусу, но, наверное, это был нужный этап. Спасибо судьбе, что заставила меня остановиться и найти новое призвание».

Вопросы:

1. На какой стадии горя (Кюблер-Росс) находится клиентка сейчас?
2. Какие задачи горя (Ворден) можно считать решенными? Приведите примеры.
3. Является ли фраза «спасибо судьбе» показателем завершения горя?

Критерии и шкала оценки решения ситуационной задачи

Оценка	Критерии оценки
отлично	Ситуационная задача решена правильно, дано развернутое пояснение и обоснование сделанного заключения. Студент демонстрирует методологические и теоретические знания, свободно владеет научной терминологией. При разборе предложенной ситуации проявляет творческие способности, знание дополнительной литературы. Демонстрирует хорошие аналитические способности, способен при обосновании своего мнения свободно проводить аналогии между темами курса.
хорошо	Ситуационная задача решена решен правильно, дано пояснение и обоснование сделанного заключения. Студент демонстрирует методологические и теоретические знания, свободно владеет научной терминологией. Демонстрирует хорошие аналитические способности, однако допускает некоторые неточности при оперировании научной терминологией.

удовлетворительно	Ситуационная задача решена правильно, пояснение и обоснование сделанного заключения было дано при активной помощи преподавателя. Имеет ограниченные теоретические знания, допускает существенные ошибки при установлении логических взаимосвязей, допускает ошибки при использовании научной терминологии.
неудовлетворительно	Ситуационная задача решена неправильно, обсуждение и помощь преподавателя не привели к правильному заключению. Обнаруживает неспособность к построению самостоятельных заключений. Имеет слабые теоретические знания, не использует научную терминологию.

7.4. Типовые практические задания

Задание 1: Заполните таблицу «Принципы оказания специализированной помощи при ЧС».

Методы	Описание

Задание 2. Заполните таблицу «Сферы воздействия (мишень воздействия), проблемы, с которыми работают психологи, оказывающие ЭПП»

Сферы воздействия	Проблемы, с которыми работают психологи, оказывающие ЭПП
Когнитивная сфера	
Эмоциональная сфера	
Поведенческая сфера	

Задание 3. Заполните таблицу «Сравнительная характеристика работы психолога в разных ситуациях»

Критерий	Формы психологической помощи		
	Кризисная интервенция	Работа с ПТСР	Консультирование
Место (локация)			
Конфиденциальность			
Запрос			
Еда, напитки			
Стоимость			
Время			
Тактильный контакт			

Задание 4: «Диагностика фазы и выбор тактики»

- **Цель:** Научиться соотносить наблюдаемые симптомы с фазами психологической реакции и подбирать адекватные принципы помощи.
- **Формат:** Малые группы (3-4 чел.). Каждой группе выдается карточка с описанием состояния пострадавшего и временем, прошедшим с события.
- **Примеры карточек:**
 - **Карточка А:** Мужчина, 50 лет. С момента землетрясения прошло 6 часов. Активно помогает разбирать завал у своего дома, много командует, говорит громко и быстро, отказывается пить воду. Говорит: «Здесь моя ответственность, я всех вытаску».
 - **Карточка Б:** Женщина, 30 лет. Прошло 4 дня с момента ДТП, в котором она была пассажиром. Физически почти не пострадала. Сидит в больничной палате, почти не разговаривает, на вопросы отвечает односложно. При виде новостей по телевизору вздрагивает. Говорит медленно, тихо.
- **Задача:** За 10 минут определить наиболее вероятную фазу реакции (по любой из классификаций в лекции) и сформулировать 2-3 конкретных действия психолога, основанных на принципах ЭПП.
- **Обсуждение:** Группы презентуют свои решения, обсуждается обоснованность выбора фазы и адекватность действий.

Задание 5: «Конструктор информационной терапии»

- **Цель:** Отработать навык составления эффективных, успокаивающих и инструктирующих сообщений.

- **Формат:** Индивидуально или в парах.
- **Задача:** Представьте, что вы – психолог, координирующий работу на месте схода селя в горном поселке. Связь прервана, часть людей отрезана. Вам нужно записать голосовое сообщение для трансляции через громкоговоритель с вертолета.

Составьте текст сообщения (не более 5-6 фраз), которое:

1. Даст надежду.
2. Снизит панику.
3. Даст конкретные инструкции по выживанию.
4. Предупредит о возможных опасных действиях.

- **Презентация и анализ:** Участники зачитывают свои тексты. Группа оценивает их по критериям: конкретность, спокойный тон, полезность инструкций, отсутствие вредных формулировок.

Задание 6: «Диагностика по описанию»

Задание: Определите, какое состояние ОСР описано, и назовите 2-3 ключевые действия психолога.

Ситуация: «После сообщения о гибели коллеги женщина сидит на стуле, не двигаясь. Взгляд устремлен в одну точку, на обращенную речь не реагирует. Руки холодные».

Задание 7: «Диагностика по описанию»

Задание: Определите, какое состояние ОСР описано, и назовите 2-3 ключевые действия психолога.

Ситуация: «Мужчина, спасшийся из горящего здания, непрерывно ходит кругами, тяжело дышит, что-то бормочет про себя. На попытки заговорить не обращает внимания. Руки дрожат».

Задание 8: «Диагностика по описанию»

Задание: Определите, какое состояние ОСР описано, и назовите 2-3 ключевые действия психолога.

Ситуация: «Девушка, ставшая свидетелем драки, громко рыдает, причитает “за что мне все это!”, вырывается из рук пытающихся ее успокоить друзей, но при этом четко отвечает на вопросы о своем имени».

Задание 9: «Перевод с языка “НЕ” на язык действия»

Цель: Научиться формулировать инструкции для человека в панике/возбуждении.

Инструкция: В парах преобразуйте неправильные фразы в правильные, основанные на принципах работы с ОСР.

1. **Неправильно:** «Не кричи!» → **Правильно:** «Говори со мной тише, вот так».
2. **Неправильно:** «Не паникуй!» → **Правильно:**
3. **Неправильно:** «Не думай об этом!» → **Правильно:**
4. **Неправильно:** «Не плачь!» → **Правильно:**
5. **Неправильно:** «Не беги!» → **Правильно:**
6. **Неправильно:** «Не надо так нервничать!» → **Правильно:**

Задание 10. Отработка техники визуально-кинестетической диссоциации «Кинотеатр»

Цель: освоение алгоритма выполнения техники ВКД.

Инструкция для студентов:

Работа в парах (психолог — клиент). Выберите умеренно неприятное воспоминание, которое не является глубокой травмой (например, неудачное публичное выступление, конфликтная ситуация, страх перед экзаменом). Проведите технику ВКД «Кинотеатр», строго соблюдая алгоритм.

Алгоритм выполнения:

1. Установите ресурсный якорь (комфортное, безопасное состояние).
2. Попросите клиента представить себя в зале кинотеатра.
3. На экране — черно-белый кадр: клиент до события.
4. Переместите клиента в будку кинемеханика (тройная диссоциация).
5. Запустите черно-белый фильм от начала до конца.
6. Остановите на последнем кадре, где событие уже позади, сделайте его цветным.
7. Из будки «вплывите» в экран в себя на последнем кадре.
8. Сделайте ускоренную обратную перемотку фильма до начала.
9. Вернитесь в зал, проверьте результат.

Критерии успешного выполнения:

- Техника выполнена последовательно.
- Клиент сохраняет диссоциированную позицию до момента интеграции.
- Используется «якорь» для поддержки ресурсного состояния.
- После выполнения клиент отмечает снижение эмоционального накала воспоминания.

Задание 11. Освоение техники «Стирание» травматических образов

Цель: формирование навыков работы с навязчивыми зрительными образами.

Инструкция для студентов:

Работа в парах. Психолог помогает клиенту «стереть» умеренно неприятный зрительный образ (например, образ, связанный с просмотром страшного фильма или неприятной ситуацией).

Алгоритм выполнения:

1. Выясните параметры образа: расстояние, цвет/черно-белый, плоский/объемный, есть ли движение.
2. Потренируйтесь на нейтральном образе (например, яблоко), изменяя его параметры.
3. Попросите клиента представить травматический образ.
4. Если образ объемный — превратите его в плоский (или «поместите стекло»).
5. Предложите «смыть» водой все изображение, оставляя белый лист.
6. На белый лист «наклейте» фотографию нейтрального или позитивного пейзажа.
7. Сделайте новый образ объемным.
8. Проверьте, изменился ли исходный травматический образ.

Критерии успешного выполнения:

- Проведена предварительная работа с нейтральным образом.
- Все трансформации выполняются последовательно.
- Клиент отмечает изменение образа (стал менее четким, менее тревожным).
- Клиенту объяснен принцип техники, чтобы он мог использовать ее самостоятельно.

Задание 12. «Корректные и некорректные высказывания»

Цель: Дифференциация поддерживающих и травмирующих фраз в работе с горем.

Инструкция:

На доске/в раздаточном материале дан список фраз. Студентам необходимо разделить их на три колонки:

1. «Зеленая зона» (Поддерживающие, корректные)
2. «Красная зона» (Некорректные/травмирующие)
3. «Серая зона» (Зависят от контекста/отношений)

Список фраз:

- «Ты еще молодая, родишь еще».
- «Я не знаю, что сказать, но я переживаю вместе с вами».
- «Он тебя недостойн».
- «Ваш муж умер». (вместо «ушел», «покинул»)
- «Ты такой сильный, держись».
- «Если тебе нужно поплакать, это место, где это можно сделать».
- «Надо жить дальше, не закливайся».
- «Чем я могу помочь вам прямо сейчас?»

Критерии и шкала оценки решения практического задания

Оценка	Критерии
Отлично	<i>Отлично</i> ставится, если содержание работы/ответа полностью соответствует заданию. Обучающийся демонстрирует всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, умение свободно выполнять практическое задание. Полно освещает заданную тему, её актуальность и новизну. Материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком, с использованием современных научных терминов. Обучающийся продемонстрировал в полном объеме необходимые знания и умения; умение пользоваться нормативной, справочной и специальной литературой; обоснованность результатов и выводов, оригинальность идеи; способность представлять результаты исследования в творческой форме; обоснование возможности практического использования полученных данных. Продемонстрирован личный вклад обучающегося в работу. Оформление работы в целом отвечают установленным требованиям.
Хорошо	<i>Хорошо</i> ставится, если содержание работы/ответа достаточно полностью соответствует заданию. Обучающийся демонстрирует знание учебного материала, умение успешно выполнить задание, усвоение основной литературы, рекомендованной в программе. Материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки (или оговорки), исправленные по требованию преподавателя. Научная терминология используется достаточно, отражена новизна полученных данных, выводы достаточно обоснованы. Достаточно продемонстрирован личный вклад обучающегося в работу. Оформление работы отвечают установленным требованиям.
Удовлетворительно	При <i>удовлетворительном</i> ответе содержание работы/ответа недостаточно полностью соответствует заданию. Задание выполнено частично. Обучающийся демонстрирует недостаточное освещение заданной темы, допущены погрешности и неточности, допускает одну существенную ошибку, но обладает необходимыми знаниями для их устранения под руководством преподавателя. Научная терминология используется недостаточно, выводы не обоснованы. Личный вклад обучающегося в работу недостаточен. Оформление работы не

	полностью отвечают установленным требованиям.
Неудовлетворительно	При <i>неудовлетворительном</i> ответе содержание работы/ответа не соответствует заданию. В работе продемонстрирован низкий уровень знаний и умений, наблюдаются значительные неточности в использовании научной терминологии, нет выводов, ограничен объем содержания выполненного задания. Оформление работы не отвечает установленным требованиям.

7.5. Перечень вопросов к устному опросу

1. Экстренная психологическая помощь (ЭПП) как вид деятельности психолога.
2. Модель экстренной психологической помощи.
3. Цели и принципы ЭПП.
4. Межведомственное взаимодействие. Функции и внутригрупповое взаимодействие специалистов службы ЭПП.
5. Контингент, место деятельности специалистов.
6. Сферы воздействия, проблемы, длительность и частота контакта психолога с клиентом.
7. Методы и этапы оказания ЭПП.
8. Чрезвычайные ситуации техногенного характера.
9. Чрезвычайные ситуации природного характера.
10. Чрезвычайные ситуации экологического характера.
11. Чрезвычайные ситуации по масштабу.
12. Стадии развития чрезвычайной ситуации.
13. Основные причины чрезвычайных ситуаций.
14. Понятие, причины и факторы острой реакции на стресс.
15. Симптомы острой реакции на стресс: физиологические, эмоциональные, когнитивные, поведенческие.
16. Основные реакции человека на экстремальную ситуацию, признаки и помощь: бред, галлюцинации, истерика, двигательное возбуждение, агрессия, ступор, страх, апатия, нервная дрожь, плач.
17. Понятие психологической травмы.
18. Виды психотравмирующих ситуаций.
19. Виды психологических трав.
20. Крушение базовых иллюзий.
21. Стадии травм психики.
22. Симптомы психотравмы.
23. Дебрифинг как метод неотложной психологической помощи.
24. Фазы дебрифинга.
25. Визуально-кинестетическая диссоциация, техника «Кинотеатр», техника «Стирание» травматических зрительных образов.
26. Горе как переживание потери, утраты. Стадии горя (модель Кюблера-Росса).
27. Задачи горя в концепции Вильяма Вордена.
28. Навыки психолога, сопровождающего горе.
29. Вербальная работа с горем.
30. Техники работы с горем: письма (гнева, вины, ответ), пустой стул, «Разрядка гнева», «Разрешение горевать», «Ритуалы», МАК.
31. Развод и его стадии (по А. Маслоу).
32. Психологические функции семьи и их нарушения.
33. Установки на развод. Принципы работы с разводом.
34. Признаки «готовности» к разводу.
35. Стадии развода как утраты и техники работы с ним.
36. Направления психологической поддержки при разводе.
37. Виды насилия: физическое насилие, домашнее насилие, психологическое насилие, экономическое насилие, сексуальное насилие, буллинг, троллинг, газлайтинг.
38. Понятие жертва насилия. Психологическая помощь жертвам насилия.
39. Особенности оказания помощи детям, пострадавшим от насилия.
40. Суицид. Индикаторы суицидального риска, методы и методики диагностики суицидального риска.
41. Антисуицидальные факторы.

42. Организация психологической помощи при суицидальных действиях, намерениях, мыслях.
43. Специфика деятельности службы оказания экстренной психологической помощи по телефону.
44. Функциональные особенности телефонного консультанта.
45. Правила ведения беседы
46. Отбор и подготовка телефонных консультантов.

Критерии и шкала оценки ответа при устном опросе

Оценка	Критерии ответа
Отлично	Отлично ставится, если обучающийся демонстрирует глубокое, полное раскрытие содержания психологических закономерностей и специфики организации обучения на разных образовательных уровнях. Выдвигаемые им положения аргументированы и иллюстрированы примерами. В освещении проблем содержания и использования психологических средств обеспечения образовательного процесса используется аналитический подход, обосновывается своя точка зрения; делаются содержательные выводы. Материал изложен в определенной логической последовательности, литературным языком, с использованием современных научных терминов; ответ самостоятельный.
Хорошо	Хорошо ставится, если обучающийся демонстрирует достаточно полный и правильный ответ; выдвигаемые теоретические положения подтверждены примерами; в ответе представлены различные подходы к рассматриваемой проблеме, но их обоснование не аргументировано, отсутствует собственная точка зрения; сделаны краткие выводы; материал изложен в определенной логической последовательности, при этом допущены две-три несущественные ошибки (или оговорки), исправленные по требованию преподавателя.
Удовлетворительно	При удовлетворительном ответе обучающийся допускает одну существенную ошибку; ответ недостаточно логически выстроен; базовые понятия употреблены правильно, но обнаруживается недостаток раскрытия теории; выдвигаемые положения недостаточно аргументированы и не подтверждены примерами; ответ носит преимущественно описательный, а не концептуальный характер; научная терминология используется недостаточно.
Неудовлетворительно	В случае, когда обучающийся демонстрирует непонимание содержания психологических закономерностей и специфики организации обучения на разных образовательных уровнях; в ответе допущен ряд существенных ошибок, которые он не может исправить при наводящих вопросах преподавателя; не может дать научное обоснование проблемы; выводы отсутствуют или носят поверхностный характер; преобладает бытовая лексика; наблюдаются значительные неточности в использовании научной терминологии.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

8.1. Основная литература

1. Шарапов, А. О. Экстренная психологическая помощь : учебник для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. В. Логинова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 212 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11584-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566422>

8.2. Дополнительная литература

1. Мищенко, Л. В. Психическая травма : практическое пособие / Л. В. Мищенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 156 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-06650-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/586406>

3. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16773-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583915>



8.3. Программное обеспечение

Microsoft Windows
Microsoft Office Professional Plus 2019
Microsoft Office 2007 Standard

Антивирус
Google Chrome
7-ZIP
Яндекс.Браузер
PDF24 Creator

8.4. Профессиональные базы данных

Directory of Open Access Journals (DOAJ) - <https://doaj.org/>

База данных психологических методик - https://hr-portal.ru/psy_tools?ysclid=l6yr3dpf27651016965

База данных Фонда «Общественное мнение» (ФОМ) <https://fom.ru/>

8.5. Информационные справочные системы

Справочно-правовая система «КонсультантПлюс» - <http://www.consultant.ru/>

Поисковые системы

Поисковая система Google - <https://www.google.ru>

Поисковая система Yandex - <https://www.yandex.ru>

Поисковая система Rambler - <http://www.rambler.ru>

8.6. Интернет-ресурсы

Научная электронная библиотека - <http://www.elibrary.ru/>

Научная электронная библиотека «Киберленинка» - <http://cyberleninka.ru/>

Национальная Электронная Библиотека (НЭБ) – <https://rusneb.ru>

Образовательная платформа ЮРАЙТ - <https://urait.ru/>

Электронная библиотечная система «СКСИ» - <https://www.sksi.ru/Environment/EbsSksi>

8.7. Методические указания по освоению дисциплины

Материалы учебно-методического обеспечения самостоятельной работы приведены в методических указаниях к самостоятельной работе студентов.

Система знаний по дисциплине формируется в ходе аудиторных и внеаудиторных (самостоятельных) занятий. Используя лекционный материал, учебники или учебные пособия, дополнительную литературу, проявляя творческий подход, студент готовится к практическим занятиям, рассматривая их как пополнение, углубление, систематизацию своих теоретических знаний. Спецификой заочной формы обучения является преобладающее количество часов самостоятельной работы по сравнению с аудиторными занятиями. Ряд тем учебного курса полностью переносится на самостоятельное изучение.

Студент должен прийти в высшую школу с полным пониманием того, что самостоятельное овладение знаниями является главным, определяющим. Высшая школа лишь создает для этого необходимые условия.

Самостоятельная работа студента начинается с внимательного ознакомления им с программой учебного курса. Изучение каждой темы следует начинать с внимательного ознакомления с набором вопросов. Они ориентируют студента, показывают, что он должен знать по данной теме. Вопросы темы как бы накладываются на соответствующую главу избранного учебника или учебного пособия. В итоге должно быть ясным, какие вопросы темы программы учебного курса и с какой глубиной раскрыты в данном учебном материале, а какие вообще опущены.

Любой научный предмет, также как и данная дисциплина, имеет свой категориально-понятийный аппарат. Научные понятия - это та база, на которой «стоит» каждая наука. Понятия - узловые, опорные пункты как научного, так и учебного познания, логические ступени движения в учебе от простого к сложному, от явления к сущности. Без ясного понимания понятий учеба крайне затрудняется, а содержание приобретенных знаний становится тусклым, расплывчатым, напоминая недостроенное здание или еще того хуже: здание без фундамента. Понятие в узком понимании – это определение (дефиниция) того или иного факта, явления, предмета. Такие определения составляют категориально-понятийный аппарат. Они, как правило, кратки по содержанию, схватывают суть дела.

Понятия в широком смысле есть обобщенная концептуальная характеристика определенного явления. Когда в заголовок темы вносится слово «понятие», то это первый признак того, что в данном случае речь идет не о дефиниции (определении), а о сжатой, обобщенной концептуальной характеристике изучаемого явления.

Нелишне иметь в виду и то, что каждый учебник или учебное пособие имеет свою логику построения, которая, естественно, не совпадает с логикой данной Программы учебного курса. Одни авторы более широко, а другие более узко рассматривают ту или иную проблему. Одни выделяют ее в отдельную главу, а другие, включают в состав главы. Учебник или учебное пособие целесообразно изучать последовательно, главу за главой, как это сделано в них. При этом, обращаясь к Программе учебного курса, следует постоянно отмечать, какие ее вопросы (пусть в иной логической последовательности) рассмотрены в данной главе учебника, учебного пособия, а какие опущены. По завершении работы над учебником у Вас должна быть ясность в том, какие темы, вопросы Программы учебного курса Вы уже изучили, а какие предстоит изучить по другим источникам.

Методические указания по ведению конспектов лекций и работе с ними

Конспект- это краткое последовательное изложение содержания статьи, книги, лекции. Его основу составляют план тезисы, выписки, цитаты. Конспект, в отличие от тезисов воспроизводит не только мысли оригинала, но и связь между ними. В конспекте отражается не только то, о чем говорится в работе, но и что утверждается, и как доказывается.

Конспектирование лекции – важный шаг в запоминании материала, поэтому конспект лекций необходимо иметь каждому студенту. Задача студента на лекции – одновременно слушать преподавателя, анализировать и конспектировать информацию. При этом как свидетельствует практика, не нужно стремиться вести дословную запись. Таким образом, лекцию преподавателя можно конспектировать, при этом важно не только внимательно слушать лектора, но и выделять наиболее важную информацию и сокращенно записывать ее. При этом одно и то же содержание фиксируется в сознании четыре раза: во-первых, при самом слушании; во-вторых, когда выделяется главная мысль; в-третьих, когда подыскивается обобщающая фраза, и, наконец, при записи. Материал запоминается более полно, точно и прочно.

Хороший конспект – залог четких ответов на занятиях, хорошего выполнения устных опросов, самостоятельных и контрольных работ. Значимость конспектирования на лекционных занятиях несомненна. Проверено, что составление эффективного конспекта лекций может сократить в четыре раза время, необходимое для полного восстановления нужной информации. Для экономии времени, перед каждой лекцией необходимо внимательно прочитать материал предыдущей лекции, внести исправления, выделить важные аспекты изучаемого материала

Конспект помогает не только лучше усваивать материал на лекции, он оказывается незаменим при подготовке экзамену. Следовательно, студенту в дальнейшем важно уметь оформить конспект так, чтобы важные моменты культурологической идеи были выделены графически, а главную информацию следует выделять в самостоятельные абзацы, фиксируя ее более крупными буквами или цветными маркерами. Конспект должен иметь поля для заметок. Это могут быть библиографические ссылки и, наконец, собственные комментарии.

Проработка лекционного курса является одной из важных активных форм самостоятельной работы. Лекция преподавателя представляет плод его индивидуального творчества. Он читает свой авторский курс со своей логикой и со своими теоретическими и методическими подходами. Это делает лекционный курс конкретного преподавателя интересным индивидуально-личностным событием. Кроме того, в своих лекциях преподаватель стремится преодолеть многие недостатки, присущие опубликованным учебникам, учебным пособиям, лекционным курсам. В лекциях находят освещение сложные вопросы Федерального образовательного стандарта, которые вызывают затруднения у студентов.

Сетка часов, отведенная для лекционного курса, не позволяет реализовать в лекциях всей учебной программы. Исходя из этого, каждый лектор создает свою тематику лекций, которую в устной или письменной форме представляет студентам при первой встрече. В создании своего авторского лекционного курса преподаватель руководствуется двумя документами – Федеральным государственным образовательным стандартом и Учебной программой. Кафедра не допускает стандартизации лекционных курсов. Именно поэтому в учебно-методическом пособии отсутствует подробный план лекционного курса, а дана лишь его тематика, носящая для лекторов рекомендательный характер.

Алгоритм составления конспекта:

- Определите цель составления конспекта.
- Читая изучаемый материал, подразделяйте его на основные смысловые части, выделяйте главные мысли, выводы.
- Если составляется план-конспект, сформулируйте его пункты и определите, что именно следует включить в план-конспект для раскрытия каждого из них.
- Наиболее существенные положения изучаемого материала (тезисы) последовательно и кратко излагайте своими словами или приводите в виде цитат.
- В конспект включаются не только основные положения, но и обосновывающие их выводы, конкретные факты и примеры (без подробного описания).
- Составляя конспект, можно отдельные слова и целые предложения писать сокращенно, выписывать только ключевые слова, вместо цитирования делать лишь ссылки на страницы конспектируемой работы, применять условные обозначения.

Чтобы форма конспекта как можно более наглядно отражала его содержание, располагайте абзацы "ступеньками" подобно пунктам и подпунктам плана, применяйте разнообразные способы подчеркивания, используйте карандаши и ручки разного цвета.

- Используйте реферативный способ изложения (например: "Автор считает...", "раскрывает...").
- Собственные комментарии, вопросы, раздумья располагайте на полях.

Методические указания по подготовке к занятиям семинарского типа

Семинарские занятия являются одним из основных звеньев процесса изучения дисциплины. Цель занятий заключается в уяснении и усвоении студентами важнейших правовых категорий и понятий, выработанных юриспруденцией и имеющих принципиальное методологическое и практическое значение для всего комплекса правовых наук.

В ходе семинаров студент закрепляет и углубляет знания, полученные на лекциях и в ходе самостоятельной подготовки, приобретает навыки научного мышления, обработки общей и специальной информации о праве, умение последовательно, четко и аргументировано излагать свои мысли, отстаивать собственные позиции.

Планы семинарских занятий, их тематика, рекомендуемая литература, цель и задачи ее изучения сообщаются преподавателем на вводных занятиях или в методических указаниях по данной дисциплине.

Прежде чем приступить к изучению темы, необходимо просмотреть основные вопросы плана семинара. Начиная подготовку к семинарскому занятию, студентам необходимо, прежде всего, посмотреть конспекты лекций, разделы учебников и учебных пособий, чтобы получить общее представление о месте и значении темы в изучаемом курсе. Затем следует поработать с дополнительной литературой, сделать конспекты семинарских занятий по рекомендованным источникам.

Конспекты семинарских занятий имеют первостепенное значение для самостоятельной работы студентов. Они помогают понять построение изучаемой книги, выделить основные положения, проследить их логику и тем самым проникнуть в творческую лабораторию автора.

Ведение конспекта способствует превращению чтения в активный процесс, мобилизует, наряду со зрительной, и моторную память. Следует помнить: у студента, систематически ведущего конспекты, создается свой индивидуальный фонд подсобных материалов для быстрого повторения прочитанного, для мобилизации накопленных знаний.

При конспектировании можно использовать следующие формы записи: план (простой и развернутый), выписки, тезисы.

При введении конспекта важно развивать умение сопоставлять источники, продумывать изучаемый материал, а также составлять конспект с учетом своего будущего устного выступления.

На семинаре каждый его участник должен быть готовым к выступлению по всем поставленным в плане вопросам, проявлять максимальную активность при их рассмотрении. Выступление должно строиться свободно, убедительно и аргументировано. Преподаватель следит, чтобы выступление не сводилось к репродуктивному уровню (простому воспроизведению текста), не допускается и простое чтение конспекта, тем более учебника. Необходимо, чтобы выступающий проявлял собственное отношение к тому, о чем он говорит, высказывал свое личное мнение, понимание, обосновывал его и мог сделать правильные выводы из сказанного. При этом студент может обращаться к записям конспекта и лекций, непосредственно к первоисточникам, использовать знание учебной и дополнительной литературы, факты и наблюдения современной жизни и т. д.

Вокруг такого выступления могут разгореться споры, дискуссии, к участию в которых должен стремиться каждый. Преподаватель, в свою очередь, будет внимательно и критически слушать, подмечать особенное в суждениях студентов, улавливать недостатки и ошибки, корректировать их знания, и, в случае необходимости разрешить спорную ситуацию.

Семинар является важнейшей формой усвоения знаний.

Владение понятийным аппаратом – необходимое условие усвоения предмета. В усвоении их весьма эффективно проведение письменных и устных понятийных контрольных работ, терминологических диктантов, тестов. Кроме того, используются различные виды устного опроса: экспресс-опрос, опрос-инверсия.

Экспресс-опрос – это предложение раскрыть названные понятия. *Опрос-инверсия*, в отличие от задания пояснить значение термина, предложение поставить вопросы. Такой прием способствует не просто «узнаванию» термина, но и вводит его в активный словарь студента.

Семинарские занятия по предложению преподавателя могут быть проведены в виде свободной дискуссии по существу обсуждаемой темы, в форме выступлений с заранее подготовленными докладами (эссе) по рекомендуемому вопросу и их последующего обсуждения. В ходе занятий студенты могут выполнять письменные задания по вопросам темы, отвечать на контрольные тесты. Также практикуется проведение семинарских занятий в компьютерном классе в интерактивной форме (обучающие игры, тестирование).

Подготовка к семинарским занятиям проходит в несколько этапов: во-первых, необходимо внимательно изучить вопросы и литературу, рекомендованную для анализа; во-вторых, следует произвести поиск дополнительной информации из известных источников (это могут быть электронные ресурсы; домашние и вузовские библиотеки; кабинет кодификации и т.д.). В третьих, студент может готовиться к семинару как самостоятельно, так и при участии преподавателя, у которого можно проконсультироваться по вопросам семинарского занятия. В-четвертых, подготовка к семинару может быть как индивидуальной, так и коллективной (совместное обсуждение вопросов семинара, решение казусов, задач). В-пятых, подготовку к семинару можно проводить (желательно) в письменном виде, составляя конспект литературы по теме или конспект ответа на вопросы семинара. В-шестых, при подготовке к семинару необходимо проводить репетиции, если это связана с деловыми играми, ролевыми играми. В-седьмых, при подготовке к практическому занятию студенту необходимо особое внимание обратить на состояние законодательства, которое очень динамично и может измениться накануне занятия. В-восьмых, студент должен обратить внимание на степень научной разработанности темы в смежных дисциплинах: философии, политологии, социологии, истории, культурологии и других.

Методические рекомендации по подготовке к практическим занятиям

Целью практических занятий является углубление и закрепление теоретических знаний, полученных обучающимися на лекциях и в процессе самостоятельного изучения учебного материала, а, следовательно, формирование у них определенных умений и навыков.

В ходе подготовки к практическому занятию необходимо прочитать конспект лекции, изучить основную литературу, ознакомиться с дополнительной литературой, выполнить выданные преподавателем практические задания. При этом учесть рекомендации преподавателя и требования программы. Дорабатывать свой конспект лекции, делая в нем соответствующие записи из литературы. Желательно при подготовке к практическим занятиям по дисциплине одновременно использовать несколько источников, раскрывающих заданные вопросы.

Работа над литературой, состоит из трёх этапов – чтения работы, её конспектирования, заключительного обобщения сути изучаемой работы. Прежде, чем браться за конспектирование, скажем, статьи, следует её хотя бы однажды прочитать, чтобы составить о ней предварительное мнение, постараться выделить основную мысль или несколько базовых точек, опираясь на которые можно будет в дальнейшем работать с текстом. Конспектирование – дело очень тонкое и трудоёмкое, в общем виде может быть определено как фиксация основных положений и отличительных черт рассматриваемого труда вкуче с творческой переработкой идей, в нём содержащихся. Конспектирование – один из эффективных способов усвоения письменного текста. Достоинством заключительного обобщения как самостоятельного этапа работы с текстом является то, что здесь читатель, будучи автором обобщений, отделяет себя от статьи, что является гарантией независимости читателя от текста.

Методические указания по выполнению практических заданий

1. Ответы на вопросы проблемного характера

В процессе выполнения практических заданий, которые предполагают подготовку ответа на вопрос проблемного характера, мотивирующего студента к размышлению по поводу определенной проблемы или содержат требование прокомментировать высказывание того или иного мыслителя, следует придерживаться следующего алгоритма работы:

- 1) Необходимо определить ключевую проблему, содержащуюся в вопросе, и сформулировать ее суть;
- 2) Раскрыть свое понимание (интерпретацию высказанной идеи);
- 3) Обосновать и аргументировать собственную точку зрения по данному вопросу.

Выполнение подобных дидактических задач, содержащих определенную проблемную ситуацию, требующую непосредственного разрешения, активизирует процесс мышления, побуждая к аналитической деятельности, к мобилизации знаний, умения размышлять. Вхождение в процесс поиска решения придает вновь приобретаемому знанию личностный смысл и значение, способствует переводу из мировоззренческого плана восприятия в сферу формирования внутренних убеждений и активизации принципа деятельностного отношения к действительности.

2. Выполнение задания в форме аргументированного эссе

Практическое задание, в котором предлагается представить ответ на поставленный вопрос в форме эссе, используется для обучения студентов умению письменного аргументирования своих суждений и доводов по определенной проблеме. Это способствует развитию определенных навыков: критического мышления, логического структурирования и последовательного изложения аргументирующего материала; упорядоченности организации мыслительной деятельности; ясности самовыражения и т.д.

Работа по написанию эссе является вполне традиционным видом учебных заданий. Эссе (фр. *essai* – попытка, очерк) представляет собой особый жанр философской, литературно-критической, историко-биографической прозы. Особенность состоит в том, что это небольшое по объему прозаическое произведение (5-7 страниц) выполняется в свободной композиции и предполагает выражение индивидуального впечатления и соображения по конкретному поводу или вопросу и заведомо не претендующие на определенную или исчерпывающую трактовку предмета.

Задача состоит в том, чтобы раскрыть проблему (вопрос) в сугубо личностном ключе, найти точки соприкосновения с собственным жизненным и духовным опытом, отразить глубину собственного переживания и размышлений, по поводу различных философско-мировоззренческих проблем, лежащих в основе жизненного мира личности, например, добра и зла, смысла жизни, свободы и ответственности, счастья, свободы и т. п. Эссеистический стиль допускает образность, афористичность, лиричность, эмоциональность в изложении собственных взглядов на проблему с обязательным соблюдением требования их письменной аргументации.

Алгоритм выполнения задания:

- 1) В поставленном вопросе определить ключевую проблему;
- 2) Проработать идею, выражающее собственное отношение к проблеме и поддержать ее доказательством из соответствующих источников. Для аргументации необходимы ссылки точки зрения, цитаты других авторов, которые призваны усилить выдвинутые студентом аргументы.
- 3) Процесс выработки четкого и убедительного аргумента, подкрепленного логическим и последовательным интегрированием собранных материалов.

Структура аргументированного эссе включает в себя определенные составляющие:

а) Введение.

Во введении эссе сначала формулируется вводное утверждение (это особое, привлекающее внимание высказывание или вопрос, цитата или другие фактический материал, способное захватить, привлечь к себе внимание читателя) и далее приводится тезисное утверждение, которое способно выступить в роли некой направляющей последующего хода рассуждений, требующих аргументации.

б) Презентация довода предполагает определенное преподнесение доводов и последовательное предоставление доказательств ранее заявленных положений.

в) Ожидание возражений. Для усиления аргументации следует рассмотреть и ожидаемые возражения, применяя практику противоречия, тем самым совершенствуя критическое мышление, моделируя ситуации дискуссии, принимая во внимания, что другие точки зрения по данному вопросу не только существуют, но и имеют определенное обоснование. Следует указать на слабые или противоречивые, неоднозначные места в приводимых точках зрения в качестве противоположных по отношению к собственной позиции.

г) Вывод должен включать синтез аргументации, повторное формулирование тезиса и заключительное утверждение.

Методические указания по организации самостоятельной работы студента

Для индивидуализации образовательного процесса самостоятельную работу (СР) можно разделить на базовую и дополнительную.

Базовая СР обеспечивает подготовку студента к текущим аудиторным занятиям и контрольным мероприятиям для всех дисциплин учебного плана. Результаты этой подготовки проявляются в активности студента на занятиях и в качестве выполненных контрольных работ, тестовых заданий, сделанных докладов и других форм текущего контроля. Базовая СР может включать следующие формы работ: изучение лекционного материала, предусматривающие проработку конспекта лекций и учебной литературы; поиск (подбор) и обзор литературы и электронных источников информации по индивидуально заданной проблеме курса; выполнение домашнего задания или домашней контрольной работы, выдаваемых на практических занятиях; изучение материала, вынесенного на самостоятельное изучение; подготовка к практическим занятиям; подготовка к контрольной работе или коллоквиуму; подготовка к зачету, аттестациям; написание реферата (эссе) по заданной проблеме.

Дополнительная СР направлена на углубление и закрепление знаний студента, развитие аналитических навыков по проблематике учебной дисциплины. К ней относятся: подготовка к экзамену; выполнение курсовой работы или проекта; исследовательская работа и участие в научных студенческих конференциях, семинарах и олимпиадах; анализ научной публикации по заранее определенной преподавателем теме; анализ статистических и фактических материалов по заданной теме, проведение расчетов, составление схем и моделей на основе статистических материалов и др.

В учебном процессе выделяют два вида самостоятельной работы: аудиторная и внеаудиторная. Аудиторная самостоятельная работа по дисциплине выполняется на учебных занятиях под непосредственным руководством преподавателя и по его заданиям. Основными формами самостоятельной работы студентов с участием преподавателей являются: текущие консультации; коллоквиум как форма контроля освоения теоретического содержания дисциплин; прием и разбор домашних заданий (в часы практических занятий); выполнение курсовых работ (проектов) в рамках дисциплин (руководство, консультирование и защита курсовых работ (в часы, предусмотренные учебным планом); прохождение и оформление результатов практик (руководство и оценка уровня сформированности профессиональных умений и навыков); выполнение выпускной квалификационной работы (руководство, консультирование и защита выпускных квалификационных работ) и др.

Внеаудиторная самостоятельная работа выполняется студентом по заданию преподавателя, но без его непосредственного участия. Основными формами самостоятельной работы студентов без участия преподавателей являются: формирование и усвоение содержания конспекта лекций на базе рекомендованной лектором учебной литературы, включая информационные образовательные ресурсы (электронные учебники, электронные библиотеки и др.); написание рефератов, эссе; подготовка к практическим занятиям (подготовка сообщений, докладов, заданий); составление аннотированного списка статей из соответствующих журналов по отраслям знаний (педагогических, психологических, методических и др.); углубленный анализ научно-методической литературы (подготовка рецензий, аннотаций на статью, пособие и др.); выполнение заданий по сбору материала во время практики; овладение студентами конкретных учебных модулей, вынесенных на самостоятельное изучение; подбор материала, который может быть использован для написания рефератов, курсовых и квалификационных работ; подготовка презентаций; составление глоссария, кроссворда по конкретной теме; подготовка к занятиям, проводимым с использованием активных форм обучения (круглые столы, диспуты, деловые игры); анализ деловых ситуаций (мини-кейсов). Границы между этими видами работ относительно, а сами виды самостоятельной работы пересекаются.

Методические указания по подготовке к устному опросу

Самостоятельная работа студентов включает подготовку к устному опросу на семинарских занятиях. Для этого студент изучает лекции, основную и дополнительную литературу, публикации, информацию из Интернет-ресурсов.

Тема и вопросы к семинарским занятиям, вопросы для самоконтроля содержатся в рабочей учебной программе и доводятся до студентов заранее. Эффективность подготовки студентов к устному опросу зависит от качества ознакомления с рекомендованной литературой. Для подготовки к устному опросу, блиц-опросу студенту необходимо ознакомиться с материалом, посвященным теме семинара, в учебнике или другой рекомендованной литературе, записях с лекционного занятия, обратить внимание на усвоение основных понятий дисциплины, выявить неясные вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения, составить тезисы выступления по отдельным проблемным аспектам. В среднем, подготовка к устному опросу по одному семинарскому занятию занимает от 2 до 4 часов в зависимости от сложности темы и особенностей организации студентом своей самостоятельной работы.

Методические указания по подготовке к тестированию

Как и любая другая форма подготовки к контролю знаний, тестирование имеет ряд особенностей, знание которых помогает успешно выполнить тест.

– Прежде всего, следует внимательно изучить структуру теста, оценить объем времени, выделяемого на данный тест, увидеть, какого типа задания в нем содержатся. Это поможет настроиться на работу.

- Лучше начинать отвечать на те вопросы, в правильности решения которых нет сомнений, пока не останавливаясь на тех, которые могут вызвать долгие раздумья. Это позволит успокоиться и сосредоточиться на выполнении более трудных вопросов.
- Очень важно всегда внимательно читать задания до конца, не пытаясь понять условия «по первым словам» или выполнив подобные задания в предыдущих тестированиях. Такая спешка нередко приводит к досадным ошибкам в самых легких вопросах.
- Если вы не знаете ответа на вопрос или не уверены в правильности, следует пропустить его и отметить, чтобы потом к нему вернуться.
- Лучше думать только о текущем задании. Как правило, задания в тестах не связаны друг с другом непосредственно, поэтому необходимо концентрироваться на данном вопросе и находить решения, подходящие именно к нему. Кроме того, выполнение этой рекомендации даст еще один психологический эффект – позволит забыть о неудаче в ответе на предыдущий вопрос, если таковая имела место.
- Многие задания можно быстрее решить, если не искать сразу правильный вариант ответа, а последовательно исключать те, которые явно не подходят. Метод исключения позволяет в итоге сконцентрировать внимание на одном-двух вероятных вариантах.
- Рассчитывать выполнение заданий нужно всегда так, чтобы осталось время на проверку и доработку (примерно 1/3-1/4 запланированного времени). Тогда вероятность ошибок сводится к нулю и имеется время, чтобы набрать максимум баллов на легких заданиях и сосредоточиться на решении более трудных, которые вначале пришлось пропустить.
- Процесс угадывания правильных ответов желательно свести к минимуму, так как это чревато тем, что студент забудет о главном: умении использовать имеющиеся накопленные в учебном процессе знания, и будет надеяться на удачу. Если уверенности в правильности ответа нет, но интуитивно появляется предпочтение, то психологи рекомендуют доверять интуиции, которая считается проявлением глубинных знаний и опыта, находящихся на уровне подсознания.
- При подготовке к тесту или даже экзамену не следует просто заучивать раздел учебника, необходимо понять логику изложенного материала. Этому немало способствует составление развернутого плана, таблиц, схем, внимательное изучение исторических карт. Большую помощь оказывают разнообразные опубликованные сборники тестов, Интернет-тренажеры, позволяющие, во-первых, закрепить знания, во-вторых, приобрести соответствующие психологические навыки саморегуляции и самоконтроля. Именно такие навыки не только повышают эффективность подготовки, позволяют более успешно вести себя во время экзамена, но и вообще способствуют развитию навыков мыслительной работы.

Методические указания по решению кейсов

Ознакомление студентов с текстом кейса и последующий анализ кейса может осуществляться заранее (за несколько дней до его обсуждения) как самостоятельная работа студентов. Обсуждение небольших кейсов может быть включено в учебный процесс, и студенты могут знакомиться с ними непосредственно на занятиях.

Общая схема работы с кейсом на этапе анализа может быть представлена следующим образом: в первую очередь следует выявить ключевые проблемы кейса и понять, какие именно из представленных данных важны для решения; войти в ситуационный контекст кейса, определить, кто его главные действующие лица, отобрать информацию необходимую для анализа, понять, какие трудности могут возникнуть при решении задачи.

Максимальная польза из работы над кейсами будет извлечена в том случае, если студенты при предварительном знакомстве с ними будут придерживаться систематического подхода к их анализу, основные шаги которого представлены ниже.

1. Выпишите из соответствующих разделов учебной дисциплины ключевые идеи, для того, чтобы освежить в памяти теоретические концепции и подходы, которые Вам предстоит использовать при анализе кейса.
2. Бегло прочтите кейс, чтобы составить о нем общее представление.
3. Внимательно прочтите вопросы к кейсу и убедитесь в том, что Вы хорошо поняли, что Вас просят сделать.
4. Вновь прочтите текст кейса, внимательно фиксируя все факторы или проблемы, имеющие отношение к поставленным вопросам.
5. Продумайте, какие идеи и концепции соотносятся с проблемами, которые Вам предлагается рассмотреть при работе с кейсом.

Для успешного анализа кейсов следует придерживаться ряда принципов:

используйте знания, полученные в процессе лекционного курса;

внимательно читайте кейс для ознакомления с имеющейся информацией, не торопитесь с выводами;

не смешивайте предположения с фактами;

При проведении письменного анализа кейса помните, что основное требование, предъявляемое к нему, – краткость.

Презентация результатов анализа кейсов

Презентация, или представление результатов анализа кейса, выступает очень важным элементом метода. При этом в case-study используются два вида презентаций: устная (публичная) и письменный отчет-презентация.

Публичная (устная) презентация предполагает представление решений кейса группе.

Устная презентация требует навыков публичного выступления, умения кратко, но четко и полно изложить информацию, убедительно обосновать предлагаемое решение, корректно отвечать на критику и возражения. Одним из преимуществ публичной (устной) презентации является ее гибкость.

Выступающий может откликаться на изменения окружающей обстановки, адаптировать свой стиль и материал, чувствуя настроение аудитории.

Письменный отчет-презентация требует проявления таких качеств, как умение подготовить текст, точно и аккуратно составить отчет, не допустить ошибки в расчетах и т.д. Подготовка письменного анализа кейса аналогична подготовке устного, с той разницей, что письменные отчеты-презентации обычно более структурированы и детализированы. Основное правило письменного анализа кейса заключается в том, чтобы избегать простого повторения информации из текста, информация должна быть представлена в переработанном виде. Самым важным при этом является собственный анализ представленного материала, его соответствующая интерпретация и сделанные предложения. Письменный отчет – презентация может сдаваться по истечении некоторого времени после устной презентации, что позволяет более тщательно проанализировать всю информацию, полученную в ходе дискуссии.

Методические указания по процедуре зачета (дифференцированного зачета)

Зачет (дифференцированный зачет) – это форма промежуточной аттестации, задачей которого является комплексная оценка уровней достижения планируемых результатов обучения по дисциплине.

Зачет для очной формы обучения проводится за счет часов, отведенных на изучение соответствующей дисциплины.

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя оценку результатов текущего контроля успеваемости студента в течение периода обучения по дисциплине. Для получения зачета необходимо иметь оценки, полученные в рамках текущего контроля успеваемости, по каждой теме, предусмотренной дисциплиной.

В критерии итоговой оценки уровня подготовки обучающегося по дисциплине входят:

- уровень усвоения студентом материала, предусмотренного рабочей программой;
- уровень практических умений, продемонстрированных студентом при выполнении практических заданий;
- уровень освоения компетенций, позволяющих выполнять практические задания;
- логика мышления, обоснованность, четкость, полнота ответов.

Зачет для очно-заочной и заочной формы по дисциплине включает в себя: собеседование преподавателя со студентами по контрольным вопросам и выполнение студентами практических заданий. Контрольный вопрос – это средство контроля усвоения учебного материала дисциплины.

Процедура проведения данного оценочного мероприятия включает в себя беседу преподавателя с обучающимся на темы, связанные с изучаемой дисциплиной, беседа рассчитана на выяснение объема знаний обучающегося по определенной теме дисциплины.

Контрольные вопросы и практические задания к зачету (грамматические и связанные с интерпретацией текста) доводятся до сведения студентов заранее.

При подготовке к ответу пользование учебниками, учебно-методическими пособиями, средствами связи и электронными ресурсами на любых носителях запрещено.

На ответ студента по каждому контрольному вопросу и выполнение практического задания отводится, как правило, 3–5 минут.

После окончания ответа преподаватель объявляет обучающемуся оценку по результатам зачета, а также вносит эту оценку в аттестационную ведомость, зачетную книжку.

Уровень знаний, умений и навыков обучающегося определяется оценками «зачтено»/«не зачтено» при зачете или «отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно» при дифференцированном зачете.

Перечень контрольных вопросов и практические задания к зачету, а также критерии и шкала оценки приведены в п. 3. Фонда оценочных средств.

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к материально-техническому обеспечению дисциплины

Для проведения занятий лекционного и семинарского типа используются аудитории, оборудованные мультимедийными средствами обучения: экраном, проектором, ноутбуком (при отсутствии экрана, ноутбука и проектора – учебная доска).

Для проведения промежуточной аттестации по дисциплине используются аудитория, оснащенная учебной мебелью, экраном, ноутбуком и проектор (при отсутствии экрана, ноутбука и проектора – учебная доска).

Для самостоятельной работы обучающихся используется аудитория, оснащенная компьютерной техникой с возможностью подключения к сети Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

Для практической подготовки обучающихся используются аудитория, оснащенная учебной мебелью, экраном, ноутбуком и проектор (при отсутствии экрана, ноутбука и проектора – учебная доска).

Использование Интернет-ресурсов предполагает проведение занятий в компьютерных классах с выходом в Интернет. В компьютерных классах обучающиеся имеют доступ к информационным ресурсам, к базе данных библиотеки (электронно-библиотечная система– <http://www.iprbookshop.ru/> / <https://urait.ru>).

10. ОСОБЕННОСТИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (тьютора), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а также в отдельных группах.

Освоение дисциплины обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

– присутствие тьютора, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

– письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,

– специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),

– индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,

– при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

– присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочитать и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

– обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

– обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

– письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются тьютору;

– по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.