

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**федеральное государственное автономное  
образовательное учреждение высшего образования\_  
«Национальный исследовательский Нижегородский государственный университет  
им. Н.И. Лобачевского»**

Арзамасский филиал ННГУ - Психолого-педагогический факультет

---

УТВЕРЖДЕНО

решением президиума Ученого совета ННГУ

протокол № 1 от 16.01.2024 г.

**Рабочая программа дисциплины**

Основы экстренной психологической помощи субъектам  
образовательного процесса

---

Уровень высшего образования  
Бакалавриат

---

Направление подготовки / специальность  
44.03.02 - Психолого-педагогическое образование

---

Направленность образовательной программы  
Психология образования

---

Форма обучения  
очная

---

г. Арзамас

2024 год начала подготовки

## 1. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина Б1.В.ДВ.01.02 Основы экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса относится к части, формируемой участниками образовательных отношений образовательной программы.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями и индикаторами достижения компетенций)

| Формируемые компетенции<br>(код, содержание компетенции)   | Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), в соответствии с индикатором достижения компетенции   |   | Наименование оценочного средства                 |                               |
|--|---|---|--|-------------------------------|
|  | Индикатор достижения компетенции<br>(код, содержание индикатора)  | Результаты обучения по дисциплине   | Для текущего контроля успеваемости               | Для промежуточной аттестации  |
| ПКД-1: Способен осуществлять психолого-педагогическую помощь обучающимся, испытывающим трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации | ИПКД-1.1: Знает особенности адаптации к образовательной среде, причины трудностей в обучении; способы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса в образовательных организациях<br>ИПКД-1.2: Умеет разрабатывать и реализовывать психолого-педагогические программы, направленные на устранение трудностей обучения, развития и адаптации к образовательной среде<br>ИПКД-1.3: Владеет технологиями коррекции трудностей обучения и развития личности школьника, а также его адаптации к образовательной среде | ИПКД-1.1: Знать особенности адаптации к образовательной среде, причины трудностей в обучении; способы психолого-педагогического сопровождения образовательного процесса в образовательных организациях<br><br>ИПКД-1.2: Уметь разрабатывать и реализовывать психолого-педагогические программы, направленные на устранение трудностей обучения, развития и адаптации к образовательной среде<br><br>ИПКД-1.3: Владеть технологиями коррекции трудностей обучения и развития личности школьника, а также его адаптации к образовательной среде | Опрос<br>Практическое задание<br>Реферат<br>Тест | Зачёт:<br>Контрольные вопросы |

## 3. Структура и содержание дисциплины

### 3.1 Трудоемкость дисциплины

|  |                          |
|--|--------------------------|
|  | <b>очная</b>             |
| <b>Общая трудоемкость, з.е.</b>  | <b>2</b>                 |
| <b>Часов по учебному плану</b>   | <b>72</b>                |
| в том числе  |                          |
| <b>аудиторные занятия (контактная работа):</b>                           |                          |
| - занятия лекционного типа   | <b>16</b>                |
| - занятия семинарского типа (практические занятия / лабораторные работы) | <b>16</b>                |
| - КСР  | <b>1</b>                 |
| <b>самостоятельная работа</b>  | <b>39</b>                |
| <b>Промежуточная аттестация</b>  | <b>0</b><br><b>Зачёт</b> |

### 3.2. Содержание дисциплины

(структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и виды учебных занятий)

| Наименование разделов и тем дисциплины   | Всего<br>(часы) | в том числе  |  |             |   |
|--|-----------------|--|--|-------------|---|
|  |                 | Контактная работа (работа во взаимодействии с преподавателем), часы из них |  |             | Самостоятельная работа обучающегося, часы |
|  |                 | Занятия лекционного типа   | Занятия семинарского типа (практические занятия/лабораторные работы), часы | Всего       |   |
|  | 0<br>ф<br>0     | 0<br>ф<br>0  | 0<br>ф<br>0  | 0<br>ф<br>0 | 0<br>ф<br>0                               |
| Тема 1. Теоретические основы экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса.                | 21              | 4  | 4  | 8           | 13  |
| Тема 2. Теории и практики кризисной психологической помощи и консультирования субъектов образовательного процесса. | 25              | 6  | 6  | 12          | 13  |
| Тема 3. Методы и технологии оказания экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса.        | 25              | 6  | 6  | 12          | 13  |
| Аттестация   | 0               |  |  |             |   |
| КСР  | 1               |  |  | 1           |   |
| Итого  | 72              | 16   | 16   | 33          | 39  |

#### Содержание разделов и тем дисциплины

Тема 1. Теоретические основы экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса.

Понятие кризисной (экстремальной) ситуации. Типы и классификация экстремальных ситуаций. Сферы приложения экстренной психологической помощи, основные проблемы.

Тема 2. Теории и практики кризисной психологической помощи и консультирования субъектов образовательного процесса.

Формы экстренной психологической помощи и области ее приложения. Этапы психической адаптации и

дезадаптации в экстремальной ситуации. Психогении в экстремальных ситуациях. Организация экстренной психологической помощи.

Тема 3. Методы и технологии оказания экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса.

Этапы экстренного консультирования. «ступени психологического консультирования». Пятишаговая модель. Ограничение речи. Приближение речи консультанта к речи клиента. Присоединение. Метод активного слушания. Рейфреминг. Анализ эмоциональных переживаний клиента. Обеспечение контакта с клиентом. Технологии психологического сопровождения в кризисных ситуациях. Экстренная психологическая помощь как профилактика развития ПТСР.

#### **4. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Самостоятельная работа обучающихся включает в себя подготовку к контрольным вопросам и заданиям для текущего контроля и промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины приведенным в п. 5.

Для обеспечения самостоятельной работы обучающихся используются:

Электронные курсы, созданные в системе электронного обучения ННГУ:

«Основы экстренной психологической помощи субъектам образовательного процесса», <https://e-learning.unn.ru/course/view.php?id=9726>.

Иные учебно-методические материалы:

<https://arz.unn.ru/sveden/document/>

[https://arz.unn.ru/pdf/Metod\\_all\\_all.pdf](https://arz.unn.ru/pdf/Metod_all_all.pdf)

#### **5. Фонд оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)**

**5.1 Типовые задания, необходимые для оценки результатов обучения при проведении текущего контроля успеваемости с указанием критериев их оценивания:**

##### **5.1.1 Типовые задания (оценочное средство - Опрос) для оценки сформированности компетенции ПКД-1:**

1. Дайте определение экстремальной (кризисной, чрезвычайной ситуации). Каковы особенности экстремальной ситуации?
2. Охарактеризуйте этапы, которые проходят в своих психологических состояниях люди, оказавшиеся в экстремальных ситуациях.
3. Назовите последствия травматического стресса для личности.
4. Охарактеризуйте «главное содержание» психологической травмы.
5. В каких сферах жизни возникают проблемы у людей, перенесших психологическую травму?

6. Как называется психологическое состояние, которое возникает у человека при попадании в экстремальную ситуацию? Перечислите симптомы данного психологического состояния.
7. Дайте определения чрезвычайной, экстремальной и кризисной
8. ситуаций. Какие бывают чрезвычайные ситуации?
9. Назовите группы субъектов экстремальной ситуации.
10. Дайте определение психологии экстремальных ситуаций.
11. Что является предметом изучения психологии экстремальных ситуаций?
12. Понятие «стресс». Субсиндромы стресса. Виды стресса.
13. Целесообразно ли разделение стресса на эмоциональный (психический) и физиологический (системный)?
14. Дайте определение понятию «стрессоустойчивость». Влияют ли личностные особенности человека на степень его стрессоустойчивости?
15. Механизмы психологической защиты. Способы совладания (копинг-стратегии).
16. Что такое острое стрессовое расстройство?
17. Какие реакции вызывает интенсивный стресс?
18. Перечислите основные правила оказания экстренной психологической помощи.
19. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при агрессии и при двигательном возбуждении.
20. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при страхе.
21. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при тревоге.
22. Расскажите о приемах само- и взаимопомощи при истерике.
23. В какой период времени после стрессового воздействия может быть оказана экстренная психологическая помощь?
24. Дайте определение экстренной психологической помощи.

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Опрос)**

| Оценка  | Критерии оценивания   |
|---------|---|
| отлично | выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская |

| Оценка              | Критерии оценивания   |
|---------------------|---|
|                     | ошибок  |
| хорошо              | выставляется, если студент твердо знает программный материал, грамотно и по существу излагает его, не допускает существенных неточностей в ответе на вопрос, может правильно применять теоретические положения и владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении аналитических заданий.       |
| удовлетворительно   | выставляется в том случае, при котором студент освоил только основной материал, но не знает отдельных деталей, допускает неточности, недостаточно правильные формулировки, нарушает последовательность в изложении программного материала и испытывает затруднения в выполнении практических заданий. |
| неудовлетворительно | выставляется студенту, ответ которого содержит существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и не умеющего использовать полученные знания при решении практических задач  |

### 5.1.2 Типовые задания (оценочное средство - Практическое задание) для оценки сформированности компетенции ПКД-1:

Задача 1. Охарактеризуйте комплекс мер по психологической реабилитации сотрудницы исправительной колонии для несовершеннолетних, получившей психическую травму в результате нападения на неё воспитанника колонии. Какие психологические проблемы у данной сотрудницы вы можете обнаружить по результатам диагностики?

Задача 2. Вы устроились работать психологом в крупную коммерческую фирму. Расскажите, как вы организуете диагностику проблем лиц, нуждающихся в коррекционных воздействиях? Какие проблемы у сотрудников вы можете обнаружить по результатам диагностики? Охарактеризуйте программу коррекционных мероприятий.

Задача 3. Вы устроились работать психологом в образовательное учреждение. Расскажите, как вы организуете диагностику проблем сотрудников, нуждающихся в коррекционных воздействиях? Какие личностные проблемы сотрудников могут быть обнаружены в ходе диагностики? Охарактеризуйте методы коррекционных мероприятий.

Задача 4. Вы высказываете критические замечания в адрес своей подчиненной, она реагирует очень эмоционально. Вам приходится каждый раз свертывать беседу и не доводить ее до конца, вот и сейчас, после ваших замечаний она расплакалась. Как эффективно построить взаимодействие в данной ситуации?

Задача 5. В фирму, где вы работаете психологом, устроился начальником службы безопасности бывший военный служащий, проходивший службу по контракту в «горячих точках» и получивший ранение. Коллеги высказывают опасение по поводу ношения оружия данным сотрудником, считают его эмоционально нестабильным. Опишите алгоритм ваших действий по решению данной проблемной ситуации.

## Критерии оценивания (оценочное средство - Практическое задание)

| Оценка              | Критерии оценивания   |
|---------------------|---|
| отлично             | обучающийся (группа студентов) активно и мотивированно работал в течение выполнения задания, демонстрировал готовность выполнять поставленные задачи качественно и творчески, предлагая конструктивные и обоснованные способы решения ситуации. Демонстрировал умение оперативно сориентироваться в ситуации и причинах ее возникновения; умение ставить и реализовать профессиональные цели и задачи в различных, даже неожиданных ситуациях, адекватно используя методы и технологии профессиональной деятельности; умение учитывать возрастные, типологические и индивидуальные особенности обучающихся при выборе адекватных способов ее решения; умение изучать психические свойства и состояния человека в норме и патологии, умение ставить профессиональные задачи в области научно-исследовательской и практической деятельности; умение предвидеть и анализировать результаты психологического воздействия. |
| хорошо              | обучающийся (группа студентов) мотивированно работал в течение выполнения задания, демонстрировал готовность выполнять поставленные задачи качественно, предлагая конструктивные и обоснованные способы решения ситуации. Демонстрировал умение ориентироваться в ситуации и причинах ее возникновения; умение ставить и реализовать профессиональные цели и задачи в различных ситуациях, используя методы и технологии профессиональной деятельности с мелкими недочетами; умение учитывать возрастные, типологические и индивидуальные особенности обучающихся, допуская неточности при выборе способов решения; испытывал незначительные затруднения в постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности; мог ошибиться в прогнозировании и анализе результатов психологического воздействия.  |
| удовлетворительно   | обучающийся (группа студентов) демонстрировал низкие мотивацию и готовность выполнять поставленные задачи, испытывал существенные затруднения в выборе и аргументации выбранных способов решения ситуации; с трудом умел ориентироваться в ситуации и причинах ее возникновения; допускал серьезные ошибки в постановке и реализации профессиональных целей и задач в различных ситуациях, использовании методов и технологий профессиональной деятельности; допускал ошибки, учитывая возрастные, типологические и индивидуальные особенности обучающихся при выборе способов решения ситуации; испытывал затруднения в постановке профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности; допускал ошибки в прогнозировании и анализе результатов психологического воздействия.  |
| неудовлетворительно | учебная активность и мотивация обучающегося (группы студентов) слабо выражены, готовность решать поставленные задачи качественно отсутствует, при решении задачи не продемонстрированы основные умения, имели место грубые ошибки в выборе и аргументации выбранных способов решения ситуации; не может ориентироваться в ситуации и причинах ее  |

| Оценка | Критерии оценивания  |
|--------|--|
|        | возникновения; допускал грубые ошибки в постановке и реализации профессиональных целей и задач использования методов и технологий профессиональной деятельности; не умеет учитывать возрастные, типологические и индивидуальные особенности обучающихся при выборе способов решения ситуации; не смог осуществить постановку профессиональных задач в области научно-исследовательской и практической деятельности; не может прогнозировать и анализировать результаты психологического воздействия. |

### 5.1.3 Типовые задания (оценочное средство - Реферат) для оценки сформированности компетенции ПКД-1:

1. Трудности и ошибки при оказании экстренной психологической помощи.
2. Трудности и ошибки при оказании экстренной психологической помощи подросткам.
3. Трудности и ошибки при оказании экстренной психологической помощи детям.
4. Этический кодекс «кризисного» практического психолога.
5. Процесс принятия этического решения в ситуации экстренной психологической помощи.
6. Феномены повседневной экстремальности (на материале судей общей юрисдикции).
7. Формирование мотивации запроса на психологическую помощь у водителей после автомобильных аварий
8. Специфика техник кризисной психологической помощи в бракоразводном процессе
9. Нарративное конструирование самоидентичности у людей, подвергшихся насилию
10. Особенности трансформации идентичности личности после развода.
11. Особенности техник и стратегий кризисной психологической помощи.
12. Специфика психологической работы с механизмами защиты «Эго» у уцелевшего.
13. Специфика первичного контакта с пострадавшими в терактах и родственниками погибших
14. Кризисная психологическая помощь.
15. Методы оказания психологической помощи при ПТСР.
16. Особенности экстренной психологической помощи.
17. Исследование проявлений оптимизма в кризисной ситуации человека.

18. Психологические характеристики посттравматического роста личности после утраты

19. Экстремальность как ситуация жизненного испытания личности.

20. Феномен посттравматического роста.

### Критерии оценивания (оценочное средство - Реферат)

| Оценка              | Критерии оценивания   |
|---------------------|---|
| отлично             | работа полностью раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников и изданий периодической печати, приводит практические примеры, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов (при докладе).  |
| хорошо              | работа частично раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию из первоисточников, отвечает на дополнительные вопросы преподавателя и студентов (при докладе), но при этом дает не четкие ответы, без достаточно их аргументации.  |
| удовлетворительно   | работа в общих чертах раскрывает основные вопросы теоретического материала. Студент приводит информацию только из учебников. При ответах на дополнительные вопросы путается в ответах, не может дать понятный и аргументированный ответ.  |
| неудовлетворительно | в работе отмечены нарушения общих требований написания реферата; есть погрешности в техническом оформлении и логические нарушения в представлении материала; некорректно оформлены или не в полном объеме представлены ссылки на использованную литературу в тексте реферата; есть частые орфографические, пунктуационные, грамматические, лексические, стилистические и иные ошибки в авторском тексте; присутствуют случаи фактов плагиата. Студент не может дать пояснений относительно изложенных фактов, не отвечает на наводящие вопросы. |

### 5.1.4 Типовые задания (оценочное средство - Тест) для оценки сформированности компетенции ПКД-1:

Задания с выбором одного правильного ответа

1. Общей характеристикой всех психических состояний являются параметры:

А) силы, продолжительности, скорости, устойчивости, динамичности

Б) физиологические, психофизиологические, психологические

В) активационные, тонические, тензионные, временные

2. Кривые Йеркса-Додсона и В.Л. Марищука отражают:

А) процесс психологической адаптации к экстремальным условиям

Б) физиологические закономерности высшей нервной деятельности

В) психогенез психических расстройств

3. К первичным функциям страха относится:

А) мотивация когнитивных и поведенческих актов

Б) активация коры головного мозга

В) мобилизация ресурсов организма

4. В механизме развития паники паническому поведению предшествует:

А) воссоздание образа опасности

Б) осознание опасности

В) активизация защитной системы

Г) возникновение интрапсихического конфликта

5. Эустресс объединяет стадии:

А) первичного шока и тревоги

Б) резистентности и истощения

В) тревоги и резистентности

6. Характерной реакцией на психические стрессоры на стадии истощения является:

А) одновременно с вегетативными и эндокринными защитными реакциями возникает психическая готовность к борьбе, предрасполагающая также к реакциям агрессии и страха

Б) многообразие психовегетативных расстройств способствует развитию у некоторых личностей ипохондрических расстройств

В) в зависимости от конституционального предрасположения и иных факторов проявляются заболевания внутренних органов или психические заболевания

7. К основным симптомам стресса, проявляющимся на психологическом уровне относят:

А) ощущение враждебности со стороны окружающих

Б) сексуальные проблемы

В) повышенная способность к концентрации

Г) асоциальное (делинквентное) поведение

8. Фазе отрицания ответной реакции на психотравмирующее событие предшествует фаза:

А) первичной эмоциональной реакции

Б) переработки

В) эскейпа

Г) чередования отрицания и вторжения

### Критерии оценивания (оценочное средство - Тест)

| Оценка              | Критерии оценивания           |
|---------------------|-------------------------------|
| отлично             | 80-100% правильных ответов.   |
| хорошо              | 60-89% правильных ответов.    |
| удовлетворительно   | 40-59% правильных ответов.    |
| неудовлетворительно | менее 40% правильных ответов. |

### 5.2. Описание шкал оценивания результатов обучения по дисциплине при промежуточной аттестации

#### Шкала оценивания сформированности компетенций

| Уровень сформированности компетенций (индикатора достижения компетенций) | неудовлетворительно  | удовлетворительно  | хорошо  | отлично   |
|--|--|--|---|---|
|  | не зачтено   | зачтено  |   |   |
| <u>Знания</u>  | Уровень знаний ниже минимальных требований. Имели место грубые ошибки                          | Минимально допустимый уровень знаний. Допущено много негрубых ошибок   | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки. Допущено несколько негрубых ошибок   | Уровень знаний в объеме, соответствующем программе подготовки, без ошибок   |
| <u>Умения</u>  | При решении стандартных задач не продемонстрированы основные умения. Имели место грубые ошибки | Продemonстрированы основные умения. Решены типовые задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания, но не в полном объеме | Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с негрубыми ошибками. Выполнены все задания в полном объеме, но некоторые с недочетами | Продemonстрированы все основные умения. Решены все основные задачи с отдельными незначительными недочетами, выполнены все задания в полном объеме |
| <u>Навыки</u>  | При решении стандартных задач не продемонстрированы  | Имеется минимальный набор навыков для решения  | Продemonстрированы базовые навыки при решении   | Продemonстрированы навыки при решении нестандартных задач без   |

|  |   |   |   |                    |
|--|---|---|---|--------------------|
|  | базовые навыки.<br>Имели место грубые<br>ошибки | стандартных задач с<br>некоторыми<br>недочетами | стандартных задач с<br>некоторыми<br>недочетами | ошибок и недочетов |
|--|---|---|---|--------------------|

### **Шкала оценивания при промежуточной аттестации**

| <b>Оценка</b>     |                            | <b>Уровень подготовки</b>  |
|-------------------|----------------------------|--|
| <b>зачтено</b>    | <b>отлично</b>             | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «отлично», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «отлично»                     |
|                   | <b>хорошо</b>              | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «хорошо», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «хорошо»                       |
|                   | <b>удовлетворительно</b>   | Все компетенции (части компетенций), на формирование которых направлена дисциплина, сформированы на уровне не ниже «удовлетворительно», при этом хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «удовлетворительно» |
| <b>не зачтено</b> | <b>неудовлетворительно</b> | Хотя бы одна компетенция сформирована на уровне «неудовлетворительно».   |

### **5.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения на промежуточной аттестации с указанием критериев их оценивания:**

#### **5.3.1 Типовые задания (оценочное средство - Контрольные вопросы) для оценки сформированности компетенции ПКД-1**

1. Основные этапы организации экстренной психологической помощи при чрезвычайной ситуации.
2. Этические принципы работы психолога в чрезвычайной ситуации.
3. Своеобразие условий оказания экстренной психологической помощи.
4. Основные задачи, решаемые психологами при оказании экстренной психологической помощи в целом и на каждом этапе работы.
5. Психогении в экстремальных ситуациях. Феноменология, классификация,
6. динамика.
7. Главные принципы оказания помощи перенесшим психологическую травму в результате влияния экстремальных ситуаций.
8. Цель и задачи экстренной психологической помощи.
9. Направления проведения психотерапии и психопрофилактики лицам, оказавшимся в экстремальной ситуации.
10. Психотерапевтическая помощь в виде экстренной «информационной терапии». Каковы цели информационной терапии?
11. Охарактеризуйте группы лиц, которым необходима экстренная психологическая помощь в кризисных ситуациях?

12. Рекомендации психологам по оказанию экстренной психологической помощи по Б.Гаш и Ф. Ласогга.
13. Перечислите основные психосоматические симптомы, которые могут проявляться у человека в экстремальной ситуации.
14. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс.
15. Симптомы бреда и галлюцинаций. Экстренная психологическая помощь при бреде и галлюцинациях.
16. Признаки апатии. Экстренная психологическая помощь при апатии.
17. Основные признаки ступора. Экстренная психологическая помощь при ступоре.
18. Основные признаки двигательного возбуждения. Экстренная психологическая помощь при двигательном возбуждении.
19. Основы психологической помощи при проявлении агрессии. Признаки агрессии.
20. Основные признаки проявления страха и основы экстренной психологической помощи при страхе. Эффекты группового страха.
21. Признаки истерики. Основы экстренной психологической помощи при истерическом припадке.
22. Признаки нервной дрожи и основы экстренной психологической помощи при данном состоянии.
23. Основы психологической помощи при сильной тревоге.
24. Основы психологической помощи при чувстве вины и стыда.
25. Основы экстренной психологической помощи взрослому человеку в ситуациях, связанных с угрозой для жизни.
26. Основы экстренной психологической помощи ребенку в ситуациях, связанных с угрозой для жизни.
27. Психологические проблемы личности, пережившей сексуальное насилие.
28. Принципы психологической помощи человеку, пережившему сексуальное насилие.
29. Основы самопомощи при острых реакциях на стресс.
30. Принципы самопомощи при страхе.
31. Основы самопомощи при тревоге.
32. Основы самопомощи при истерическом припадке.
33. Принципы самопомощи при апатичном состоянии.
34. Основы самопомощи при чувстве вины или стыда.

35. Основы самопомощи при двигательном возбуждении.

36. Основы самопомощи при нервной дрожи.

37. Принципы самопомощи при гневе, злости, агрессии.

### **Критерии оценивания (оценочное средство - Контрольные вопросы)**

| Оценка     | Критерии оценивания   |
|------------|---|
| зачтено    | выставляется, когда студент глубоко и прочно усвоил весь программный материал, исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно его излагает, не затрудняется с ответом при видоизменении задания, свободно справляется с ситуационными заданиями, правильно обосновывает принятые решения, умеет самостоятельно обобщать и излагать материал, не допуская ошибок. |
| не зачтено | выставляется студенту, в ответе которого обнаружились существенные пробелы в знании основного содержания учебной программы дисциплины и / или неумение использовать полученные знания.  |

### **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

Основная литература:

1. Шарапов А. О. Экстренная психологическая помощь : учебное пособие / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. В. Логинова. - 2-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 212 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-11584-0. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=847242&idb=0>.
2. Венгер А. Л. Экстренная психологическая помощь детям и подросткам : учебное пособие / Венгер А. Л., Морозова Е. И. - Дубна : Государственный университет «Дубна», 2016. - 144 с. - Книга из коллекции Государственный университет «Дубна» - Психология. Педагогика. - ISBN 978-5-89847-481-2., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=797529&idb=0>.
3. Мищенко Любовь Владимировна. Психическая травма : Практическое пособие / Мищенко Л. В. - Москва : Юрайт, 2021. - 156 с. - (Профессиональная практика). - ISBN 978-5-534-06650-0. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=761509&idb=0>.
4. Петров С. В. Обеспечение безопасности образовательного учреждения : учебное пособие / С. В. Петров, П. А. Кисляков. - 3-е изд. ; испр. и доп. - Москва : Юрайт, 2023. - 189 с. - (Профессиональное образование). - ISBN 978-5-534-14353-9. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=849086&idb=0>.

Дополнительная литература:

1. Практическая психология / Абрамова Г.С. - Москва : Прометей, 2018., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=653743&idb=0>.
2. Хухлаева Ольга Владимировна. Психологическое консультирование и психологическая

коррекция : Учебник и практикум для вузов / Хухлаева О. В., Хухлаев О. Е. - Москва : Юрайт, 2021. - 423 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-02596-5. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=763835&idb=0>.

3. Агеев Л. В. Программы реабилитации посттравматического стрессового синдрома : методические указания по выполнению практической работы / Агеев Л. В. - Брянск : Брянский ГАУ, 2020. - 16 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции Брянский ГАУ - Инженерно-технические науки., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=755266&idb=0>.

4. Бохан Т.Г. Психология стресса: системный подход : учебное пособие / Бохан Т.Г. - Москва : Издательский Дом Томского государственного университета, 2019. - 140 с. - ISBN 978-5-94621-794-1., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=808342&idb=0>.

5. Кадыров Руслан Васитович. Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD) : Учебник и практикум для вузов / Кадыров Р. В. - 2-е изд. - Москва : Юрайт, 2021. - 644 с. - (Высшее образование). - ISBN 978-5-534-12558-0. - Текст : электронный // ЭБС "Юрайт"., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=768143&idb=0>.

6. Соколовская О. К. Психологическое консультирование субъектов образовательного процесса : учебное пособие / Соколовская О. К. - Вологда : ВоГУ, 2017. - 124 с. - Библиогр.: доступна в карточке книги, на сайте ЭБС Лань. - Книга из коллекции ВоГУ - Психология. Педагогика., <https://e-lib.unn.ru/MegaPro/UserEntry?Action=FindDocs&ids=754726&idb=0>.

Программное обеспечение и Интернет-ресурсы (в соответствии с содержанием дисциплины):

Лицензионное программное обеспечение: Операционная система Windows.

Лицензионное программное обеспечение: Microsoft Office.

Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Российский индекс научного цитирования (РИНЦ), платформа Elibrary: национальная информационно-аналитическая система.

Адрес доступа: [http://elibrary.ru/project\\_risc.asp](http://elibrary.ru/project_risc.asp)

ГАРАНТ. Информационно-правовой портал [Электронный ресурс].– Адрес доступа:

<http://www.garant.ru>

Scopus: реферативно-библиографическая база научных публикаций и цитирования. Адрес доступа:

<http://www.scopus.com>

Web of Science Core Collection: реферативно-библиографическая база данных научного цитирования (аналитическая и цитатная база данных журнальных статей). Адрес доступа:

<http://isiknowledge.com>. ARTS AND HUMANITIES CITATION INDEX -

база журналов по гуманитарным наукам. Глубина архива – 1975 г.

Свободно распространяемое программное обеспечение:

программное обеспечение LibreOffice;

программное обеспечение Paint.NET;

Электронные библиотечные системы и библиотеки:

Электронная библиотечная система "Лань" <https://e.lanbook.com/>

Электронная библиотечная система "Консультант студента" <http://www.studentlibrary.ru/>

Электронная библиотечная система "Юрайт" <http://www.urait.ru/>

Электронная библиотечная система "Znaniium" <http://znaniium.com/>

Фундаментальная библиотека ННГУ. – Адрес доступа: [www.lib.unn.ru/](http://www.lib.unn.ru/)

Сайт библиотеки Арзамасского филиала ННГУ. – Адрес доступа: [lib.arz.unn.ru](http://lib.arz.unn.ru)

Ресурс «Массовые открытые онлайн-курсы Нижегородского университета им. Н.И. Лобачевского»  
<https://mooc.unn.ru/>  
Портал «Современная цифровая образовательная среда Российской Федерации»  
<https://online.edu.ru/public/promo>

## **7. Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных образовательной программой, оснащены мультимедийным оборудованием (проектор, экран), техническими средствами обучения, компьютерами.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду.

Программа составлена в соответствии с требованиями ОС ННГУ по направлению подготовки/специальности 44.03.02 - Психолого-педагогическое образование.

Автор(ы): Патрикеева Элла Геннадьевна, кандидат психологических наук, доцент  
Щелина Светлана Олеговна, кандидат психологических наук.

Рецензент(ы): Бобылев Евгений Леонидович, кандидат психологических наук.

Заведующий кафедрой: Беганцова Ирина Серафимовна, кандидат психологических наук.

Программа одобрена на заседании методической комиссии от 10.01.2024, протокол № 1.