

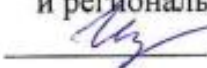
Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:  
ФИО: Косогорова Людмила Алексеевна  
Должность: Ректор  
Дата подписания: 08.09.2022 10:42:51  
Уникальный программный ключ:  
4a47ce4135cc0671229e80c031ce72a914b0b6b4



**Частное образовательное учреждение высшего образования  
«ИНСТИТУТ УПРАВЛЕНИЯ, БИЗНЕСА И ТЕХНОЛОГИЙ»**

---

ОТДЕЛ ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ

**УТВЕРЖДАЮ:**  
Проректор по учебной работе  
и региональному развитию  
 Шульман М.Г.  
«31» августа 2022 г.

**ПОМОЩЬ ДЕТЯМ В КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ**  
**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
по программе профессиональной переподготовки  
**«ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ»**

Калуга 2022 год

## 1. ХАРАКТЕРИСТИКА ДИСЦИПЛИНЫ

В соответствии с учебным планом дополнительной программы профессиональной переподготовки, разработанным на основе Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование, дисциплина «Помощь детям в кризисных ситуациях» является обязательной для изучения.

## 2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина «Помощь детям в кризисной ситуации» включает 6 тем. Темы объединены в 2 модуля (дидактических единицы): «Психические состояния. Стрессогенные факторы», «Психодиагностика и психологическая работа с детьми в условиях кризисных ситуациях».

Целями учебной дисциплины «Помощь детям в кризисных ситуациях» являются подготовка квалифицированных, компетентных и конкурентоспособных на рынке труда специалистов, обладающих компетенциями, позволяющими эффективно решать профессиональные задачи, а также отвечать запросам общества и государства, психологической науки, рынка образовательных услуг и рынка труда в различных динамично меняющихся ситуациях научной и практической деятельности;

**Основными задачами изучения дисциплины являются:**

1. Дать основные концептуальные положения психологии стресса как современной составляющей науки о человеке, его поведении, деятельности, обучить психодиагностическим методам оценки психических состояний;
2. Повысить степень осознанности роли стресса в профессиональной деятельности и жизни как индивида, так и коллектива;
3. Ознакомить с различными видами стресса и стрессогенных условий обучения, труда и быта;
4. Обсудить основы профилактики и совладания со стрессом в организации здорового образа жизни человека и психологического климата группы.

## 3. ТРЕБОВАНИЯ К УРОВНЮ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Помощь детям в кризисной ситуации» направлено на формирование следующих планируемых результатов обучения студентов по дисциплине. Планируемые результаты обучения (ПРО) студентов по этой дисциплине являются составной частью планируемых результатов освоения образовательной программы и определяют следующие требования. После освоения дисциплины студенты должны:

**Овладеть компетенциями:**

**ПК-15** готовностью к организации мероприятий по развитию и социальной защите обучающегося

**ПК-17** способностью составлять программы социального сопровождения и поддержки обучающихся

**ПК-21** способностью выступать посредником между обучающимся и различными социальными институтами

После изучения дисциплины студенты должны:

### **ЗНАТЬ**

- Психофизиологические механизмы стресса, стадии развития, последствия для здоровья.
- Разновидности стресса, причины и условия его возникновения.
- Психологические регуляторы стрессового состояния.

### **УМЕТЬ**

- Использовать полученные знания в учебной и профессиональной деятельности, в межличностном общении и собственной жизни.

### **ВЛАДЕТЬ**

- Психодиагностическими методами оценки стресса и индивидуально-психологических свойств стресстолерантности.

#### 4. ТЕМАТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

№ п/п	Наименование модуля (дидактические единицы)	№ п/п	Тема	Перечень планируемых результатов обучения (ПРО)
1	Психические состояния. Стрессогенные факторы	1	Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.	ПК-15 ПК-17 ПК-21
		2	Условия и разновидности стресса.	
		3	Последствия стресса для здоровья.	
2	Психодиагностика и психологическая работа с детьми в условиях кризисных ситуациях	5	Стрессоустойчивость и её регулятивные механизмы.	ПК-15 ПК-17 ПК-21
		6	Психодиагностика стресса.	

#### 5. ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ И ИХ ТРУДОЕМКОСТЬ

##### очно-заочная форма обучения

Вид учебной работы	Всего зачетных единиц (академических часов – ак. ч.)
Общая трудоемкость дисциплины	116
Аудиторные занятия (контактная работа обучающихся с преподавателем), из них:	36
- лекции (Л)	16
- семинарские занятия (СЗ)	
- практические занятия (ПЗ)	20
- лабораторные занятия (ЛЗ)	
Самостоятельная работа студента (СРС), в том числе:	80
- курсовая работа (проект)	-
- контрольная работа	-
- доклад (реферат)	-
- расчетно-графическая работа	-
Вид промежуточной аттестации	экзамен

#### 7. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

##### Очно-заочная форма обучения

№ п.п.	Темы дисциплины	Трудоемкость	Лекции	ЛР	ПЗ	СЗ	СРС
1	Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.	20	3		4		13
2	Условия и разновидности стресса.	20	2		4		14
3	Последствия стресса для здоровья.	20	2		4		14
4	Стрессоустойчивость и её регулятивные механизмы.	20	3		4		13
5	Психодиагностика стресса.	18	3		2		13
6	Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.	18	3		2		13
	Экзамен						
	ИТОГО	116	16		20		80

## 8. СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Учебным планом не предусмотрено проведение семинарских занятий по дисциплине.

## 9. ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Учебным планом предусмотрены практические занятия.

Рекомендуемые темы для проведения практических занятий:

1. Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.
2. Условия и разновидности стресса.
3. Последствия стресса для здоровья.
4. Стрессоустойчивость и её регулятивные механизмы.
5. Психодиагностика стресса.
6. Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.

## 10. ЛАБОРАТОРНЫЕ ЗАНЯТИЯ

Учебным планом не предусмотрены.

## 11. АКТИВНЫЕ И ИНТЕРАКТИВНЫЕ ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

№ пп	Наименование темы дисциплины	Вид занятий (лекция, семинары, практические занятия)	Количество ак. ч.	Наименование активных и интерактивных форм проведения занятий
1	Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.	Практическое занятие	2	Мастер-класс Гл.сан. врача Ашитко А.Г.
2	Условия и разновидности стресса.	Практическое занятие	2	Групповая консультация
3	Последствия стресса для здоровья.	Практическое занятие	2	Круглый стол «Последствия стресса для здоровья»

Реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, психологические тренинги, проведение форумов и выполнение групповых семестровых заданий и курсовых работ в интернет-среде, электронное тестирование знаний, умений и навыков) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития профессиональных навыков обучающихся. В рамках учебного курса предусмотрены видеолекция, лекция с элементами проблемного изложения, круглый стол, дискуссия с представителями органов власти.

В практике организации обучения в вузе широко применяются следующие методы и формы проведения занятий:

- **традиционные** (лекции, семинары, лабораторные работы и т.д.) и **активные и интерактивные формы**, самостоятельная работа студента:

- самостоятельное освоение теоретического материала;
- подготовка к рубежному (текущему) и итоговому контролю;
- выполнение тренировочных и обучающих тестов;
- проработка отдельных разделов теоретического курса;
- написание эссе, рефератов и докладов;
- подготовка к семинарским занятиям.

## 12. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА

Самостоятельная работа слушателей предполагает выбор из предложенного списка вопросов и источников для изучения и конспектирования. Основное назначение данной формы обучения – углубленное самостоятельное ознакомление с альтернативными концепциями, теориями. Это позволяет студенту четко и правильно аргументировать свою позицию на семинарских и практических занятиях.

## 12.1. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ

Рекомендуются следующие виды самостоятельной работы:

- изучение теоретического материала с использованием курса лекций и рекомендованной литературы;
- подготовка к экзамену в соответствии с перечнем контрольных вопросов для аттестации;
- дидактическое тестирование.

В комплект учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся входят:

- методические указания по освоению дисциплины;
- курс лекций;
- глоссарий;
- банк тестовых заданий.

## 12.2. КУРСОВАЯ РАБОТА (ПРОЕКТ)

Учебным планом не предусмотрено.

## 12.3. КОНТРОЛЬНАЯ РАБОТА

Учебным планом не предусмотрено.

## 13. ФОНДЫ ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

### 13.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

После освоения дисциплины слушатели должны:

**овладеть компетенциями:**

**ПК-15** готовностью к организации мероприятий по развитию и социальной защите обучающегося

**ПК-17** способностью составлять программы социального сопровождения и поддержки обучающихся

**ПК-21** способностью выступать посредником между обучающимся и различными социальными институтами

**После изучения дисциплины слушатели должны:**

**ЗНАТЬ**

- Психофизиологические механизмы стресса, стадии развития, последствия для здоровья.
- Разновидности стресса, причины и условия его возникновения.
- Психологические регуляторы стрессового состояния.

**УМЕТЬ**

- Использовать полученные знания в учебной и профессиональной деятельности, в межличностном общении и собственной жизни.

**ВЛАДЕТЬ**

- Психодиагностическими методами оценки стресса и индивидуально-психологических свойств стресстолерантности.

### Тематическая структура дисциплины

№ пп	Наименование модуля (дидактические единицы)	№ пп	Тема	Перечень планируемых результатов обучения (ПРО)
1	Психические состояния. Стрессогенные факторы	1	Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.	ПК-15 ПК-17 ПК-21
		2	Условия и разновидности стресса.	
		3	Последствия стресса для здоровья.	

2	Психодиагностика и психологическая работа с детьми в условиях кризисных ситуациях	5	Стрессоустойчивость и её регулятивные механизмы.	ПК-15 ПК-17 ПК-21
		6	Психодиагностика стресса.	

**13.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания; для каждого результата обучения по дисциплине (модулю) показатели и критерии оценивания сформированности компетенций на различных этапах их формирования, шкалы и процедуры оценивания**

№ пп	Компетенция	Виды оценочных средств используемых для оценки компетенций по дисциплине	
		Вопросы и задания к экзамену	Тестирование
1	ПК-15	+ (1-28 из 28)	+
2	ПК-17	+ (1-28 из 28)	+
3	ПК-21	+ (1-28 из 28)	+

**13.2.1. Вопросы и заданий для экзамена**

При оценке знаний на экзамене учитывается:

1. Уровень сформированности компетенций.
2. Уровень усвоения теоретических положений дисциплины, правильность формулировки основных понятий и закономерностей.
3. Уровень знания фактического материала в объеме программы.
4. Логика, структура и грамотность изложения вопроса.
5. Умение связать теорию с практикой.
6. Умение делать обобщения, выводы.

№ п/п	Оценка	Шкала
1	Отлично	Студент должен: - продемонстрировать глубокое и прочное усвоение знаний программного материала; - исчерпывающе, последовательно, грамотно и логически стройно изложить теоретический материал; - правильно формулировать определения; - продемонстрировать умения самостоятельной работы с литературой; - уметь сделать выводы по излагаемому материалу.
2	Хорошо	Студент должен: - продемонстрировать достаточно полное знание программного материала; - продемонстрировать знание основных теоретических понятий; достаточно последовательно, грамотно и логически стройно излагать материал; - продемонстрировать умение ориентироваться в литературе; - уметь сделать достаточно обоснованные выводы по излагаемому материалу.
3	Удовлетворительно	Студент должен: - продемонстрировать общее знание изучаемого материала; - показать общее владение понятийным аппаратом дисциплины; - уметь строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса; - знать основную рекомендуемую программой учебную литературу.
4	Неудовлетворительно	Студент демонстрирует: - незнание значительной части программного материала;

		<ul style="list-style-type: none"> <li>- не владение понятийным аппаратом дисциплины;</li> <li>- существенные ошибки при изложении учебного материала;</li> <li>- неумение строить ответ в соответствии со структурой излагаемого вопроса;</li> <li>- неумение делать выводы по излагаемому материалу.</li> </ul>
--	--	---

### 13.2.2. Тестирования

№ пп	Оценка	Шкала
1	Отлично	Количество верных ответов в интервале: 71-100%
2	Хорошо	Количество верных ответов в интервале: 56-70%
3	Удовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 41-55%
4	Неудовлетворительно	Количество верных ответов в интервале: 0-40%
5	Зачтено	Количество верных ответов в интервале: 41-100%
6	Незачтено	Количество верных ответов в интервале: 0-40%

### 13.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

#### 13.3.1. Вопросы и задания для экзамена

1. Последовательность включения нейроэндокринной системы стресса.
2. Основные гормоны и нейромедиаторы стресса.
3. Стадии развития стресса.
4. Г. Селье и развитие концепции стресса в его научных трудах.
5. Концепции психической адаптации и дезадаптации.
6. Эмоциональные состояния.
7. Социогенный стресс.
8. Техногенный стресс.
9. Учебный стресс.
10. Аутогенный стресс.
11. Трудные жизненные ситуации.
12. Профессиональный стресс и конфликты.
13. Экстремальные условия деятельности.
14. Сущность и структура производственного конфликта.
15. Факторы возникновения и развития конфликта.
16. Типы конфликтных личностей.
17. Способы управления конфликтами.
18. Эмоциональное выгорание: концепции и методы.
19. Психосоматические расстройства и болезни.
20. Тревога, страх, фобия.
21. Конверсионные психические расстройства.
22. Работоспособность, усталость, утомление.
23. Концепции психосоматических расстройств.
24. Стресстолерантность как свойство темперамента.
25. Волевые свойства характера.
26. Психологические защиты от стресса.
27. Духовность, её противостояние стрессу эгоцентризма.
28. Творческий потенциал человека.

#### 13.3.2. Банк тестовых заданий

1. Первая стадия стресса:
  - А) сопротивление,
  - Б) тревога,
  - В) истощение.
2. Первая реакция на стресс со стороны:
  - А) надпочечников,
  - Б) гипофиза,
  - В) гипоталамуса.

3. Закон Йеркса-Додсона устанавливает взаимосвязь:
- А) уровня возбуждения и работоспособности,
  - Б) уровня мотивации и качества, продуктивности деятельности,
  - В) эмоциональной устойчивости и уровня возбуждения.
4. К типам фрустрации по С. Розенцвейгу относятся:
- А) защита Я, доминанта препятствия, упорствующая потребность,
  - Б) агрессия, миролюбие, игнорирование,
  - В) экстра-, интра-, импунитивность.
5. Внутренний конфликт при истерии между:
- А) «хочу» и «нельзя»,
  - Б) «хочу» и «нет сил и способностей»,
  - В) «хочу» и «боюсь».
6. Компульсия:
- А) навязчивый страх,
  - Б) навязчивая мысль,
  - В) навязчивое действие.
7. Психологическая защита «реактивное образование» направлена на:
- А) сдерживание гнева,
  - Б) подавление запретного влечения,
  - В) игнорирование неудачи.

#### **13.4. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ, ОПРЕДЕЛЯЮЩИЕ ПРОЦЕДУРЫ ОЦЕНИВАНИЯ ЗНАНИЙ, УМЕНИЙ, НАВЫКОВ И (ИЛИ) ОПЫТА ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ХАРАКТЕРИЗУЮЩИХ ЭТАПЫ ФОРМИРОВАНИЯ КОМПЕТЕНЦИЙ**

**Качество знаний** характеризуется способностью обучающегося точно, структурированно и уместно воспроизводить информацию, полученную в процессе освоения дисциплины, в том виде, в котором она была изложена в учебном издании или преподавателем.

**Умения**, как правило, формируются на практических (семинарских) занятиях, а также при выполнении лабораторных работ. Задания, направленные на оценку умений, в значительной степени требуют от студента проявления стереотипности мышления, т.е. способности выполнить работу по образцам, с которыми он работал в процессе обучения. Преподаватель же оценивает своевременность и правильность выполнения задания.

**Навыки** - это умения, развитые и закрепленные осознанным самостоятельным трудом. Навыки формируются при самостоятельном выполнении студентом практико-ориентированных заданий, моделирующих решение им производственных и социокультурных задач в соответствующей области профессиональной деятельности, как правило, при выполнении домашних заданий, курсовых проектов (работ), научно-исследовательских работ, прохождении практик, при работе индивидуально или в составе группы на тренажерах, симуляторах, лабораторном оборудовании и т.д. При этом студент поставлен в условия, когда он вынужден самостоятельно (творчески) искать пути и средства для разрешения поставленных задач, самостоятельно планировать свою работу и анализировать ее результаты, принимать определенные решения в рамках своих полномочий, самостоятельно выбирать аргументацию и нести ответственность за проделанную работу, т.е. проявить владение навыками. Взаимодействие с преподавателем осуществляется периодически по завершению определенных этапов работы и проходит в виде консультаций. При оценке владения навыками преподавателем оценивается не только правильность решения выполненного задания, но и способность (готовность) студента решать подобные практико-ориентированные задания самостоятельно (в перспективе за стенами вуза) и, главным образом, способность студента обосновывать и аргументировать свои решения и предложения.

В таблице приведены процедуры оценивания знаний, умений и навыков, характеризующих этапы формирования компетенций.

Виды учебных занятий и контрольных мероприятий	Оцениваемые результаты обучения	Процедуры оценивания
--	---------------------------------	----------------------



Посещение студентом аудиторных занятий	ЗНАНИЕ теоретического материала по пройденным темам (модулям)	Проверка конспектов лекций, устный опрос на занятиях
Выполнение практических заданий	УМЕНИЯ и НАВЫКИ, соответствующие теме работы	Проверка отчёта, защита выполненной работы
Промежуточная аттестация	ЗНАНИЯ, УМЕНИЯ и НАВЫКИ, соответствующие изученной дисциплине	Экзамен

**Устный опрос** - это процедура, организованная как специальная беседа преподавателя с группой студентов (фронтальный опрос) или с отдельными студентами (индивидуальный

опрос) с целью оценки результативности посещения студентами аудиторных занятий путем выяснения сформированности у них основных понятий и усвоения нового учебного материала, который был только что разобран на занятии.

**Экзамен** - процедура оценивания результатов обучения по учебным дисциплинам по окончании семестра, основанная на суммировании баллов, полученных студентом при текущем контроле освоения модулей (семестровая составляющая), а также баллов за качество выполнения экзаменационных заданий (экзаменационная составляющая, - характеризующая способность студента обобщать и систематизировать теоретические и практические знания по дисциплине и решать практико-ориентированные задачи). Полученная балльная оценка по дисциплине переводится в дифференцированную оценку. Экзамены проводятся в устной форме с письменной фиксацией ответов студентов.

Вид, место и количество реализуемых по дисциплине процедур оценивания определено в рабочей программе дисциплины и годовых рабочих учебных планах.

Описание показателей, критериев и шкал оценивания по всем видам учебных работ и контрольных мероприятий приведено в разделе 3 фонда оценочных материалов по дисциплине.

## **14. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ И РЕСУРСОВ СЕТИ ИНТЕРНЕТ**

### **14.1. ОСНОВНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Коолягина В.Г. Арт-терапия и арт-педагогика для дошкольников [Электронный ресурс]: учебно-методическое пособие/ Коолягина В.Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Прометей, 2016.— 164 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/58113>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Коолягина В.Г. Психология страхов дошкольников [Электронный ресурс]: монография/ Коолягина В.Г.— Электрон. текстовые данные.— М.: Прометей, 2016.— 40 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/58190>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Цикото Г.В. Проблемные дети. Развитие и коррекция в предметно-практической деятельности [Электронный ресурс]/ Цикото Г.В.— Электрон. текстовые данные.— М.: ПАРАДИГМА, 2014.— 193 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/21235>.— ЭБС «IPRbooks»

### **14.2. ДОПОЛНИТЕЛЬНАЯ УЧЕБНАЯ ЛИТЕРАТУРА**

1. Лазаренко Е.Н. Формы работы дошкольной образовательной организации с родителями дошкольников [Электронный ресурс]/ Лазаренко Е.Н.— Электрон. текстовые данные.— Саратов: Вузовское образование, 2016.— 29 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/47858>.— ЭБС «IPRbooks»
2. Кулагина И.Ю. Психология развития и возрастная психология. Полный жизненный цикл развития человека [Электронный ресурс]: учебное пособие для вузов/ Кулагина И.Ю., Колюцкий В.Н.— Электрон. текстовые данные.— М.: Академический проект, 2015.— 421 с.— Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/36766>.— ЭБС «IPRbooks»
3. Комплексная программа по профилактике социального сиротства, реабилитации и коррекции социальных сирот и детей, пострадавших от семейного насилия [Электронный ресурс]/ Е.И. Ананьева [и др.].— Электрон. текстовые данные.— СПб.:

### 14.3. РЕСУРСЫ СЕТИ ИНТЕРНЕТ

ЭБС «IPRbooks»

#### Ресурсы открытого доступа:

<http://www.psychology.ru/>  
<http://psylib.kiev.ua/>  
<http://www.lib.ru/PSIHO/>  
<http://azps.ru/index.html>  
[http://silva-metod.ru/file/list\\_element/\\_id-1/](http://silva-metod.ru/file/list_element/_id-1/)  
<http://psylib.myword.ru/index.php?act=home>  
<http://www.voppsy.ru/news.htm>  
<http://magazine.mospsy.ru/catalogue.shtml>  
<http://www.koob.ru/>  
<http://vocabulary.ru/>  
<http://vch.narod.ru/index.html>  
<http://flogiston.ru/>  
<http://www.psy.msu.ru/>  
<http://psyjournals.ru/>  
<http://www.psychology.su/>

### 15. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Освоение дисциплины «Помощь детям в кризисных ситуациях» для слушателей осуществляется в виде лекционных и практических занятий, в ходе самостоятельной работы. В ходе самостоятельной работы слушатели должны изучить лекционные материалы и другие источники (учебники и учебно-методические пособия), подготовиться к ответам на контрольные вопросы и тестовые задания.

Дисциплина «Помощь детям в кризисных ситуациях» включает 6 тем (ы).

Для проведения лекционных занятий предлагается следующая тематика, в соответствии с 7 разделом рабочей программы дисциплины:

1. Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.
2. Условия и разновидности стресса.
3. Последствия стресса для здоровья.
4. Стресстолерантность и её регулятивные механизмы.
5. Психодиагностика стресса.
6. Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.

**Лекция** – форма обучения студентов, при которой преподаватель последовательно излагает основной материал темы учебной дисциплины. Лекция – это важный источник информации по каждой учебной дисциплине. Она ориентирует студента в основных проблемах изучаемого курса, направляет самостоятельную работу над ним. Для лекций по каждому предмету должна быть отдельная тетрадь для лекций. Прежде всего, запишите имя, отчество и фамилию лектора, оставьте место для списка рекомендованной литературы, пособий, справочников.

Будьте внимательны, когда лектор объявляет тему лекции, объясняет Вам место, которое занимает новый предмет в Вашей подготовке и чему новому Вы сможете научиться. Опытный студент знает, что, как правило, на первой лекции преподаватель обосновывает свои требования, раскрывает особенности чтения курса и способы сдачи зачета или экзамена.

Отступите поля, которые понадобятся для различных пометок, замечаний и вопросов.

Запись содержания лекций очень индивидуальна, именно поэтому трудно пользоваться чужими конспектами.

Не стесняйтесь задавать вопросы преподавателю! Чем больше у Вас будет информации, тем свободнее и увереннее Вы будете себя чувствовать!

#### Базовые рекомендации:

- не старайтесь дословно конспектировать лекции, выделяйте основные положения, старайтесь понять логику лектора;

- точно записывайте определения, законы, понятия, формулы, теоремы и т.д.;
- передавайте излагаемый материал лектором своими словами;
- наиболее важные положения лекции выделяйте подчеркиванием;
- создайте свою систему сокращения слов;
- привыкайте просматривать, перечитывать перед новой лекцией предыдущую информацию;
- дополняйте материал лекции информацией;
- задавайте вопросы лектору;
- обязательно вовремя пополняйте возникшие пробелы.

#### **Правила тактичного поведения и эффективного слушания на лекциях:**

- Слушать (и слышать) другого человека - это настоящее искусство, которое очень пригодится в будущей профессиональной деятельности психолога.

- Если преподаватель «скучный», но Вы чувствуете, что он действительно владеет материалом, то скука - это уже Ваша личная проблема (стоит вообще спросить себя, а настоящий ли Вы студент, если Вам не интересна лекция специалиста?).

Существует очень полезный прием, позволяющий студенту-психологу оставаться в творческом напряжении даже на лекциях заведомо «неинтересных» преподавателях. Представьте, что перед Вами клиент, который что-то знает, но ему трудно это сказать (а в консультативной практике с такими ситуациями постоянно приходится сталкиваться). Очень многое здесь зависит от того, поможет ли слушающий говорящему лучше изложить свои мысли (или сообщить свои знания). Но как может помочь «скучному» преподавателю студент, да еще в большой аудитории, когда даже вопросы задавать неприлично?

Прием прост – постарайтесь всем своим видом показать, что Вам «все-таки интересно» и Вы «все-таки верите», что преподаватель вот-вот скажет что-то очень важное. И если в аудитории найдутся хотя бы несколько таких студентов, внимательно и уважительно слушающих преподавателя, то может произойти «маленькое чудо», когда преподаватель «вдруг» заговорит с увлечением, начнет рассуждать смело и с озорством (иногда преподаватели сами ищут в аудитории внимательные и заинтересованные лица и начинают читать свои лекции, частенько поглядывая на таких студентов, как бы «вдохновляясь» их доброжелательным вниманием). Если это кажется невероятным (типа того, что «чудес не бывает»), просто вспомните себя в подобных ситуациях, когда с приятным собеседником-слушателем Вы вдруг обнаруживаете, что говорите намного увереннее и даже интереснее для самого себя. Но «маленького чуда» может и не произойти, и тогда главное - не обижаться на преподавателя (как не обижается на своего «так и не разговорившегося» клиента опытный психолог-консультант). Считайте, что Вам не удалось «заинтересовать» преподавателя своим вниманием (он просто не поверил в то, что Вам действительно интересно).

- Чтобы быть более «естественным» и чтобы преподаватель все-таки поверил в вашу заинтересованность его лекцией, можно использовать еще один прием. Постарайтесь молча к чему-то «придаться» в его высказываниях. И когда вы найдете слабое звено в рассуждениях преподавателя (а при желании это несложно сделать даже на лекциях признанных психологических авторитетов), попробуйте «про себя» поспорить с преподавателем или хотя бы послушайте, не станет ли сам преподаватель «опровергать себя» (иногда опытные преподаватели сначала подбрасывают провокационные идеи, а затем как бы сами с собой спорят). В любом случае, несогласие с преподавателем - это прекрасная основа для диалога (в данном случае - для «внутреннего диалога»), который уже после лекции, на семинаре может превратиться в диалог реальный. Естественно, не следует извращать данный прием и всем своим видом показывать преподавателю, что Вы его «презираете», что он «ничтожество» и т. п. Критика (особенно критика преподавателя) должна быть конструктивной и доброжелательной. Будущему психологу вообще противопоказано «демонстративное презрение» к кому бы то ни было (с соответствующими «вытаращенными глазами» и «фыркающим ротиком») - это скорее, признак «пациента», чем специалиста-человековеда...

- Если Вы в чем-то не согласны (или не понимаете) с преподавателем, то совсем не обязательно тут же перебивать его и, тем более, высказывать свои представления, даже если они и кажутся Вам верными. Перебивание преподавателя на полуслове - это верный признак

невоспитанности. А вопросы следует задавать либо после занятий (для этого их надо кратко записать, чтобы не забыть), либо выбрав момент, когда преподаватель сделал хотя бы небольшую паузу, и обязательно извинившись. Неужели не приятно самому почувствовать себя воспитанным человеком, да еще на глазах у целой аудитории?

#### **Правила конспектирования на лекциях:**

- Не следует пытаться записывать подряд все то, о чем говорит преподаватель. Даже если студент владеет стенографией, записывать все высказывания просто не имеет смысла: важно уловить главную мысль и основные факты.

- Желательно оставлять на страницах поля для своих заметок (и делать эти заметки либо во время самой лекции, либо при подготовке к семинарам и экзаменам).

- Естественно, желательно использовать при конспектировании сокращения, которые каждый может «разработать» для себя самостоятельно (лишь бы самому легко было потом разобраться с этими сокращениями).

- Стараться поменьше использовать на лекциях диктофоны, поскольку потом трудно будет «декодировать» неразборчивый голос преподавателя, все равно потом придется переписывать лекцию (а с голоса очень трудно готовиться к ответственным экзаменам), наконец, диктофоны часто отвлекают преподавателя тем, что студент ничего не делает на лекции (за него, якобы «работает» техника) и обычно просто сидит, глядя на преподавателя немигающими глазами (взглядом немного скучающего «удава»), а преподаватель чувствует себя неуютно и вместо того, чтобы свободно размышлять над проблемой, читает лекцию намного хуже, чем он мог бы это сделать (и это не только наши личные впечатления: очень многие преподаватели рассказывают о подобных случаях). Особенно все это забавно (и печально, одновременно) в аудиториях будущих психологов, которые все-таки должны учиться чувствовать ситуацию и как-то положительно влиять на общую психологическую атмосферу занятия...

Для проведения практических занятий предлагается следующая тематика, в соответствии с 9 разделом рабочей программы дисциплины:

1. Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.
2. Условия и разновидности стресса.
3. Последствия стресса для здоровья.
4. Стрессоустойчивость и её регулятивные механизмы.
5. Психодиагностика стресса.
6. Психические состояния и общий адаптационный синдром стресса.

**Практическое занятие** – это одна из форм учебной работы, которая ориентирована на закрепление изученного теоретического материала, его более глубокое усвоение и формирование умения применять теоретические знания в практических, прикладных целях.

Особое внимание на практических занятиях уделяется выработке учебных или профессиональных навыков. Такие навыки формируются в процессе выполнения конкретных заданий – упражнений, задач и т.п. – под руководством и контролем преподавателя.

Готовясь к практическому занятию, тема которого всегда заранее известна, студент должен освежить в памяти теоретические сведения, полученные на лекциях и в процессе самостоятельной работы, подобрать необходимую учебную и справочную литературу. Только это обеспечит высокую эффективность учебных занятий.

Отличительной особенностью практических занятий является активное участие самих студентов в объяснении вынесенных на рассмотрение проблем, вопросов; преподаватель, давая студентам возможность свободно высказаться по обсуждаемому вопросу, только помогает им правильно построить обсуждение. Такая учебная цель занятия требует, чтобы учащиеся были хорошо подготовлены к нему. В противном случае занятие не будет действенным и может превратиться в скучный обмен вопросами и ответами между преподавателем и студентами.

#### **При подготовке к практическому занятию:**

- проанализируйте тему занятия, подумайте о цели и основных проблемах, вынесенных на обсуждение;

- внимательно прочитайте материал, данный преподавателем по этой теме на лекции;

- изучите рекомендованную литературу, делая при этом конспекты прочитанного или

выписки, которые понадобятся при обсуждении на занятии;

- постарайтесь сформулировать свое мнение по каждому вопросу и аргументировать его обосновать;

- запишите возникшие во время самостоятельной работы с учебниками и научной литературой вопросы, чтобы затем на практическом занятии получить на них ответы.

#### **В процессе работы на практическом занятии:**

- внимательно слушайте выступления других участников занятия, старайтесь соотносить, сопоставить их высказывания со своим мнением;

- активно участвуйте в обсуждении рассматриваемых вопросов, не бойтесь высказывать свое мнение, но старайтесь, чтобы оно было подкреплено убедительными доводами;

- если вы не согласны с чьим-то мнением, смело критикуйте его, но помните, что критика должна быть обоснованной и конструктивной, т.е. нести в себе какое-то конкретное предложение в качестве альтернативы;

- после практического занятия кратко сформулируйте окончательный правильный ответ на вопросы, которые были рассмотрены.

Практическое занятие помогает студентам глубоко овладеть предметом, способствует развитию у них умения самостоятельно работать с учебной литературой и первоисточниками, освоению ими методов научной работы и приобретению навыков научной аргументации, научного мышления. Преподавателю же работа студента на практическом занятии позволяет судить о том, насколько успешно и с каким желанием он осваивает материал курса.

Методические указания и рекомендации по другим видам учебной работы, например, по написанию курсовой работы (проекта) или контрольной работы, представлены в соответствующих изданиях. При выполнении курсовой работы (проекта), контрольной работы, написании доклада или реферата, эссе и др. следует руководствоваться специальными методическими указаниями. Эти методические указания и рекомендации размещены в системе дистанционного обучения «Прометей», в библиотеке и на профильных кафедрах Института.

## **16. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ И МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

### **16.1. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННО-СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходимы следующие программное обеспечение и информационные справочные системы:

1. Информационно-правовая система Гарант;
2. Справочная правовая система Консультант-Плюс и др.
3. Электронная библиотека «IPRbooks».

### **16.2. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА**

Для осуществления образовательного процесса по дисциплине необходима следующая материально-техническая база:

1. Слайд-проектор,
2. Экран,
3. Мультимедиа-проектор,
4. Телевизор.

### **16.3. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИЦЕНЗИОННОГО ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ**

1. Microsoft office
2. Microsoft Windows 7
3. Kaspersky Endpoint Security

**Рабочую программу дисциплины составил:**

К.псих.н., доцент,

зав. кафедрой «Гуманитарных и естественнонаучных дисциплин» Соловьева Н.А.

**Одобрено:**

Зав. отделом ДО

Пунина К.А.

