


МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ВОРОНЕЖСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ВГУ»)

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий кафедрой
общей и социальной психологии

 Гайдар К.М.
Подпись

26.04.2021

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.12 Экстренная психологическая помощь

1. Код и наименование специальности: 37.05.02 Психология служебной деятельности
2. Специализация: Психологическое обеспечение служебной деятельности в экстремальных условиях
3. Квалификация (степень) выпускника: психолог
4. Форма обучения: очная
5. Кафедра, отвечающая за реализацию дисциплины: кафедра общей и социальной психологии, факультета философии и психологии ВГУ
6. Составители программы: доцент Панченков Евгений Юрьевич, кандидат психологических наук, доцент
7. Рекомендована: научно-методическим советом факультета философии и психологии, протокол от 28.04.2021, № 1400-04
с дополнениями рекомендована научно-методическим советом факультета философии и психологии, протокол от 30.11.2022, № 1400-09
отметки о продлении
8. Учебный год: 2024-2025 Семестр(ы): 8

9. Цели и задачи учебной дисциплины:

Целью данного курса является теоретико-практическая подготовка студентов к осуществлению деятельности по оказанию экстренной психологической помощи сотрудникам правоохранительной системы в экстремальных, условиях служебной деятельности и различным категориям граждан, пострадавших в чрезвычайных и кризисных ситуациях.

Задачи дисциплины:

- формировать у обучаемых теоретических знания и представлений о функционировании психики в чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуациях;
- представлять последствия негативного воздействия на психику человека психотравмирующего фактора;
- содействовать приобретению знаний о сущности и специфике технологий экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуациях;
- стимулировать самостоятельное приобретение знаний по дисциплине, изучение отечественной и зарубежной практики использования психотехнологий психологической работы в чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуациях;
- создать условия для овладения обучающимися технологиями экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуациях;
- сформировать условия для развития умений и навыков диагностики и психологической коррекции негативных последствий и травм у сотрудников, специалистов после пребывания в экстремальных, чрезвычайных, кризисных условиях.

10. Место учебной дисциплины в структуре ООП:

Дисциплина «Экстренная психологическая помощь» формируемой участниками образовательного процесса. Приступая к изучению данной дисциплины, студенты должны иметь теоретическую и практическую подготовку по дисциплинам «Безопасность жизнедеятельности», «Психология личности», «Военная психология».

У обучающихся должны быть сформированы элементы следующих компетенций: ПК-3 – способен осуществлять консультативную деятельность с целью обеспечения оптимального психологического состояния личного состава служебных подразделений и различных групп населения – в части *знаний* основы и специфику оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов; *умений* подобрать приемы экстренной психологической помощи в соответствии с актуальной профессиональной ситуацией и планировать консультативный процесс; *владения* методами и приемами оказания экстренной психологической помощи и технологиями психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности. ПК-4 – способен выявлять и (или) проектировать актуальные психологические ресурсы (приемы, методы, технологии), необходимые для эффективного выполнения профессиональных задач в области прикладной психологии – в части *знаний*: задач, критериев, базовых основ и специфику оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов; *умений* определять, использовать и оценивать результативность психологических ресурсов (приемов, методов, технологий) для оказывать экстренную психологическую помощь с применением современных психотехнологии и методов в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности;

владения психотехнологий, методами, приемами организации экстренной психологической помощи и определяет возможности повышения эффективности их использования в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности

11. Планируемые результаты обучения по дисциплине/модулю (знания, умения, навыки), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы (компетенциями выпускников) и индикаторами их достижения:

Код	Название компетенции	Код(ы)	Индикатор(ы)	Планируемые результаты обучения
ПК-3	Способен осуществлять консультативную деятельность с целью обеспечения оптимального психологического состояния личного состава служебных подразделений и различных групп населения	ПК-3.1	Подбирает методы и приемы психологического консультирования в соответствии с актуальной профессиональной ситуацией.	<i>Знать:</i> основы и специфику оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов; <i>Уметь:</i> подобрать приемы и методы экстренной психологической помощи в соответствии с актуальной профессиональной ситуацией. <i>Владеть:</i> технологиями экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности для обеспечения оптимального психологического состояния личного состава служебных подразделений
		ПК-3.2	Планирует и осуществляет консультативный процесс, оценивает его эффективность по предварительно установленным критериям.	<i>Знать:</i> основы и специфику осуществления консультативного процесса в рамках экстренной психологической помощи сотрудникам и служащим правоохранительных органов; <i>Уметь:</i> планировать и осуществлять консультативный процесс в соответствии с актуальной профессиональной ситуацией. <i>Владеть:</i> методиками и технологиями планировать, осуществлять и оценивать результативность экстренной психологической помощи в рамках консультативного процесса

ПК-4	Способен выявлять и (или) проектировать актуальные психологические ресурсы (приемы, методы, технологии), необходимые для эффективного выполнения профессиональных задач в области прикладной психологии	ПК-4.1	Формулирует профессиональные задачи в области прикладной психологии	<p><i>Знать:</i> задачи, критерии, принципы базовые основы и специфику оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов;</p> <p><i>Уметь:</i> сформулировать профессиональные задачи в области прикладной психологии.</p> <p><i>Владеть:</i> приемами формулирования профессиональных задач в области прикладной психологии</p>
		ПК-4.2	Определяет требуемые для эффективного выполнения профессиональных задач психологические ресурсы (приемы, методы, технологии).	<p><i>Знать:</i> приемы, методы, технологии оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов;</p> <p><i>Уметь:</i> определять, использовать приемы, методы, технологии для оказывать экстренную психологическую помощь с применением современных психотехнологии и методов в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности;</p> <p><i>Владеть:</i> психотехнологиями, методами, приемами организации экстренной психологической помощи</p>
		ПК-4.3	Производит оценку результативности применения психологических ресурсов (приемов, методов, технологий) для решения профессиональных задач и определяет возможности повышения эффективности их использования.	<p><i>Знать:</i> критерии и параметры оценки результативности применения приемы, методы, технологии оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов;</p> <p><i>Уметь:</i> оценивать результативность приемов, методов, технологий для оказывать экстренную психологическую помощь с применением современных психотехнологии и методов в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности;</p> <p><i>Владеть:</i> методами оценки результативности психотехнологиями, методами, приемами организации экстренной психологической помощи и определяет возможности повышения эффективности их использования в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности</p>

12. Объем дисциплины в зачетных единицах/час (в соответствии с учебным планом) – 4 ЗЕТ / 144 часа.

Форма промежуточной аттестации (зачет/экзамен) – зачет с оценкой.

13. Трудоемкость по видам учебной работы

Вид учебной работы	Семестр 8	Всего
Аудиторные занятия	58	58
Лекционные занятия	14	14
Практические занятия	44	44
Лабораторные занятия	0	0
Самостоятельная работа	86	86
Курсовая работа	-	-
Промежуточная аттестация	-	-
Часы на контроль	-	-
Всего	144	144

13.1. Содержание дисциплины

п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины	Реализация раздела дисциплины с помощью онлайн-курса, ЭУМК
1. Лекционные занятия			
1.	Теоретические и практические подходы к оказанию экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных, кризисных ситуациях.	Понятие, цели, задачи, принципы и функции экстренной психологической помощи. Виды экстренной психологической помощи, оказываемой сотрудникам, специалистам и гражданам в чрезвычайных, экстремальных, кризисных ситуациях. Особенности возникновения и развития экстремальной ситуации и ее психотравмирующего воздействия на психику человека. Основные характеристики оказания экстренной психологической помощи в кризисных ситуациях	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910

2.	Психотехники общения психолога с человеком в чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации.	Особенности организации общения и модели взаимодействия психолога с человеком в экстремальной, чрезвычайной и кризисной ситуации.. Психотехники, помогающие построить эффективную коммуникацию психолога с клиентом в процессе оказания экстренной психологической помощи. Особенности применения методов психологического воздействия в процессе оказания экстренной психологической помощи.	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
----	--	---	--

п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины	Реализация раздела дисциплины с помощью онлайн-курса, ЭУМК
3.	Технологии оказания экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайные ситуации.	Экстренная психологическая помощь в условиях чрезвычайной ситуации: понятие, критерии и методы. Модель экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайной ситуации. Виды экстренной психологической помощи. Приемы экстренной "допсихологической" помощи в чрезвычайных ситуациях. Механизмы и технологии оказания экстренной психологической помощи военнослужащим, сотрудникам силовых структур, специалистам профессий экстремального профиля, получивших острое стрессовое расстройство в экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности.	Moodle:URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
4.	Технологии оказания экстренной психологической помощи в кризисных и тяжелых жизненных ситуациях.	Типология жизненных кризисов и тяжелых жизненных ситуациях. Понятие и виды горя, утраты. Основные подходы, механизмы и особенности оказания экстренной психологической помощи взрослым и детям в кризисных ситуациях, связанных с потерей близких, утрате. Технологии экстренной психологической помощи взрослым и детям при потере близких, утрате. Психологическая модель распада супружеских отношений. Технологии экстренного психологического консультирования лиц, переживающих кризисную ситуацию развода.	Moodle:URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910

5.	Технологии оказания экстренной психологической помощи взрослым, пострадавшим от криминального, сексуального и бытового (семейного) насилия.	Понятие, причины, формы и виды насилия. Факторы психической травмы человека как результат криминального, бытового и сексуального насилия. Технологии оказания экстренной психологической помощи детям и взрослым, пострадавшим от криминального, сексуального и бытового (семейного) насилия.	Moodle:URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
6.	Технологии дистанционного экстренного психологического консультирования с использованием «Телефона Доверия».	Цели, задачи и особенности дистанционного экстренного психологического консультирования с использованием телефона. Логика телефонной беседы, схемы психологического консультирования на «Телефоне Доверия». Этапы и техники, приемы и методы экстренного психологического консультирования по телефону. Техники активного слушания. Особенности оказания экстренной психологической помощи на «Телефоне Доверия» суицидентам.	Moodle:URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
2. Практические занятия			
п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела дисциплины	Реализация раздела дисциплины с помощью онлайн-курса, ЭУМК
1.1.	Особенности возникновения и развития экстремальной ситуации и ее психотравмирующего воздействия на психику человека	1. Понятие стресса, дистресса, психотравмы, острой стрессовой реакции и острого стрессового расстройства. 2. Механизм формирования и развития острого стрессового расстройства психики человека. 3. Общие закономерности психических и поведенческих реакций людей в условиях чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуаций.	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
2.1.	Особенности организации общения и модели взаимодействия психолога с человеком в чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации	1. Особенности общения психолога при работе с людьми, находящимися в чрезвычайной ситуации. 2. Модели взаимодействия психолога и клиента при преодолении чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации. 3. Психотехники, помогающие построить эффективную коммуникацию психолога с клиентом в процессе оказания экстренной психологической помощи. 4. Методы и техники психологического воздействия и стабилизации эмоционального состояния.	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910

3.1	Особенности оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайной ситуации	<ol style="list-style-type: none"> 1. Экстренная психологическая помощь в условиях чрезвычайной ситуации: понятие, принципы, задачи, методы. 2. Критерии модели экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайной ситуации. 3. Технологии оказания экстренной «допсихологической» помощи» гражданам в условиях чрезвычайной ситуации. 	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
3.2	Особенности оказания экстренной психологической помощи сотрудникам (специалистам), участвующие в ликвидации чрезвычайной ситуации	<ol style="list-style-type: none"> 1. Подходы, приемы и методы оказания экстренной психологической помощи сотрудникам правоохранительных органов, получивших острое стрессовое расстройство при ликвидации чрезвычайной ситуации. 2. Применение технологии немедицинской психотерапии как модели экстренной психологической помощи сотрудникам (специалистам). 	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
4.1.	Основные подходы, механизмы и технологии оказания экстренной психологической помощи в кризисных ситуациях, связанных с потерей близких, утратой.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Типология жизненных кризисов и тяжелых жизненных ситуациях. 2. Понятие и виды горя, утраты. 3. Основные подходы, механизмы и особенности оказания экстренной психологической помощи взрослым и детям в кризисных ситуациях, связанных с потерей близких, утрате. 4. Технологии экстренной психологической помощи взрослым и детям при потере близких, утрате. 	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
4.2.	Основные подходы, механизмы и технологии оказания экстренной психологической помощи при разводе и тяжелых семейных конфликтах.	<ol style="list-style-type: none"> 1. Психологическая модель распада супружеских отношений. 2. Технологии экстренного психологического консультирования лиц, переживающих кризисную ситуацию развода и развития тяжелых семейных конфликтов. 3. Технологии экстренного психологического консультирования детей, переживающих кризисную ситуацию развода. 	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
5.1.	Особенности оказания экстренной психологической помощи взрослым, пострадавшим от криминального, сексуального и бытового (семейного) насилия	<ol style="list-style-type: none"> 1. Понятие, причины, формы и виды насилия. 2. Технологии оказания экстренной психологической помощи взрослым, пострадавшим от криминального, сексуального и бытового (семейного) насилия. 	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910

5.2.	Особенности оказания экстренной психологической помощи детям, пострадавшим от криминального, сексуального и бытового (семейного) насилия.	1. Типичные состояния и изменения в психике ребенка, подвергнувшегося насилию. 2. Особенности оказания экстренной психологической помощи детям, пострадавшим от насилия. 3. Технологии оказания экстренной психологической помощи детям, пострадавшим от криминального, сексуального и бытового (семейного) насилия.	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
6.1.	Особенности дистанционного экстренного психологического консультирования с использованием «Телефона Доверия».	1. Цели, задачи и особенности дистанционного экстренного психологического консультирования с использованием «Телефона Доверия». 2. Виды и организационные подходы к телефонному экстренному психологическому консультированию.	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910
6.2.	Технологии оказания экстренной психологической помощи с использованием «Телефона Доверия» в кризисных состояниях и попытках суицида.	1. Психотехнические приемы и методы работы специалистов на «Телефоне Доверия». 2. Особенности использования психотехнологий активного слушания и нейролингвистического программирования.	Moodle: URL: http://www.edu.vsu.ru/ – «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910

13.2. Темы (разделы) дисциплины и виды занятий

№ п/п	Наименование темы (раздела)	Лекционные занятия	Практические занятия	Лаб. занятия	Самостоятельная работа	Всего
1.	Теоретические и практические подходы к оказанию экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных, кризисных ситуациях.	2	10	-	20	32
2.	Психотехники общения психолога с человеком в чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации.	4	10	-	20	34
3.	Технологии оказания экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайных ситуаций.	4	10	-	20	34
4.	Технологии оказания экстренной психологической помощи в кри-	4	10	-	20	34

	зисных и тяжелых жизненных ситуациях.					
5.	Технологии дистанционного экстренного психологического консультирования с использованием «Телефона Доверия»	0	4	-	6	10
	Всего	14	44	-	86	144

14. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Освоение дисциплины предполагает не только обязательное посещение обучающимся аудиторных занятий (лекций, практических занятий) и активную работу на них, но и самостоятельную учебную деятельность – 86 часов.

Самостоятельная учебная деятельность студентов по дисциплине «Экстренная психологическая помощь» предполагает изучение и конспектирование рекомендуемой преподавателем литературы по вопросам практических занятий (приведены выше), самостоятельное освоение понятийного аппарата (составление словаря понятий по каждой теме и выполнение понятийных диктантов на практических занятиях) и подготовку к текущим аттестациям (контрольным работам) (примеры см. ниже).

Вопросы практических занятий обсуждаются на занятиях в виде устного опроса – индивидуального и фронтального. При подготовке к практическим занятиям, обучающимся важно помнить, что их задача, отвечая на основные вопросы плана занятия и дополнительные вопросы преподавателя, показать свои знания и кругозор, умение логически построить ответ, владение монологической речью и иные коммуникативные навыки, умение отстаивать свою профессиональную позицию. В ходе устного опроса выявляются детали, которые по каким-то причинам оказались недостаточно осмысленными студентами в ходе учебных занятий. Тем самым опрос выполняет важнейшие обучающую, развивающую и корректирующую функции, позволяет студентам учесть недоработки и избежать их при подготовке к экзамену.

Конспектирование рекомендуемых преподавателем литературных источников предназначено для более глубокого и осмысленного усвоения обучающимися теоретического материала. Одна из главных задач обучающегося – научиться отбирать из психологического текста главные мысли и положения. Конспект не должен сводиться ни к сплошному переписыванию рекомендованного источника, ни к его тезисному изложению, напоминающему план. Конспектированию подлежат статьи из научных журналов и сборников статей, главы (параграфы) учебников, учебных пособий, монографий. При подготовке конспекта обязательно указывается автор книги (статьи), место и год издания, страницы, на которых расположен конспектируемый текст в источнике. Поощряются сопровождающие конспект комментарии студента, представление основных идей в форме схем или таблиц.

Подготовка к понятийным диктантам требует от студента нахождения и усвоения определений ключевых понятий изучаемой темы (рекомендуются преподавателем к практическому занятию).

Для этого целесообразно использовать как конспекты лекций или литературных источников, рекомендованных для подготовки к практическому занятию, так и обращение к психологическим словарям.

Все выполняемые студентами самостоятельно задания (конспекты литературных источников, выполнение заданий, проверочных тестов, упражнений и кейсов) подлежат последующей проверке преподавателем и учитываются на экзамене.

15. Перечень основной и дополнительной литературы, ресурсов интернет, необходимых для освоения дисциплины

№ п/п	Источник
1.	Осухова Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие / Н. Г. Осухова. – 5-е изд, перераб. и доп. – Москва : Академия, 2012. – 319 с.
2.	Караяни А. Г. Военная психология : учебник и практикум для вузов : в 1 ч. / А. Г. Караяни. – Москва : Юрайт, 2019. – 217 с.
3.	Панченков Е. Ю. Технологии экстренной психологической помощи в работе психолога : учебно-метод. пособие / Е. Ю. Панченков. – Воронеж, Издательский дом ВГУ, 2021. – 80 с.
4.	Хухлаева О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учебник для бакалавров : / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев ; Моск. гор. психол.-пед. ун-т. — Москва : Юрайт, 2014. – 422 с.

б) дополнительная литература:

№ п/п	Источник
1.	Бондаренко А. Ф. Психологическая помощь: теория и практика : учеб. пособие / А. Ф. Бондаренко. – М. : Изд-во Ин-та психотерапии, 2000. – 353 с.
2.	Интенсивный стресс в контексте психологической безопасности / Н. В. Тарабрина и др. ; Рос. акад. наук, Ин-т психологии. – Москва : Институт психологии РАН, 2017. – 343 с.
3.	Малкина-Пых И. Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И. Г. Малкина-Пых. – Москва : Эксмо, 2008. – 925 с.
4.	Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации : справочник практического психолога / И. Г. Малкина-Пых. – Москва : Эксмо, 2006. – 958 с.
5.	Осипова А. А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях / А. А. Осипова. – Ростов н/Д : Феникс, 2005. – 315 с.
6.	Осухова Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях : учеб. пособие / Н. Г. Осухова. – Москва : Академия, 2005. – 284 с.
7.	Психология экстремальных ситуаций : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению и специальностям психологии] / М-во Рос. Федерации по делам гражданской обороны, чрезвычайным ситуациям и ликвидации последствий стихийных бедствий, Центр экстренной психол. Помощи ; под общ. ред. Ю.С. Шойгу. – Москва : Смысл : Академия, 2009. – 319 с.
8.	Смирнов Б. А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б. А. Смирнов, Е. В. Долгополова. – Харьков : Гуманитарный центр, 2007. – 273 с.
9.	Тутушкина М. К. Психологическая помощь и консультирование в практической психоло-

№ п/п	Источник
	гии / М. К. Тутушкина, Е. Г. Булгакова, М. А. Гулина и др.; Под ред. М. К. Тутушкиной. – СПб. : Дидактика Плюс, 1998. – 347 с.
10.	Шефов С. А. Психология горя : переживание утраты, особенности детского горя, психологическая помощь горящему / С. А. Шефов. – Санкт-Петербург : Речь, 2007. – 138 с.
11.	Энциклопедия психологической помощи / Авт.-сост. А. И. Ташева. – Ростов н/Д : Феникс, 2000. – 543 с

в) информационные электронно-образовательные ресурсы:

№ п/п	Ресурс
1.	Петровский А. В. Психология [Электр. ресурс] / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский ; звукореж., читает И. Бобылев. – Москва : Говорящая книга : Равновесие-Медиа, 2004. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – (Учебники для высшей школы) – CD-плеер с поддержкой MP3 или Pentium-233 с Windows 9.x-XP, CD-ROM, звуковая карта.
2.	Петровский А. В. Психология [Электр. ресурс] : учебник для студентов вузов / А. В. Петровский, М. Г. Ярошевский. – Электрон. текстовые и граф. дан. – Москва : Говорящая книга, 2005. – 1 электрон. опт. диск (CD-ROM). – (Учебники для высшей школы) (Учебники и учебные пособия для высшей школы) (Комфортное чтение). – Систем. Требования : CD-плеер с поддержкой MP3 или Pentium-233 с Windows 9.x-XP, CD-ROM, звуковая карта.
3	ЭБС Университетская библиотека онлайн. – URL: http://biblioclub.ru

16. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы

№ п/п	Источник
1.	Панченков Е. Ю. Технологии экстренной психологической помощи в работе психолога : учебно-метод. пособие / Е. Ю. Панченков. – Воронеж, Издательский дом ВГУ, 2021. – 80 с.
2.	Электронный курс «Экстренная психологическая помощь» – https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910 (портал «Электронный университет ВГУ». – Moodle:URL: http://www.edu.vsu.ru/).

17. Образовательные технологии, используемые при реализации учебной дисциплины, включая дистанционные образовательные технологии (ДОТ), электронное обучение (ЭО), смешанное обучение):

При реализации дисциплины используются следующие образовательные технологии: логическое построение дисциплины, установление межпредметных связей, обозначение теоретического и практического компонентов в учебном материале, актуализация личного и учебно-профессионального опыта обучающихся. Применяются различные типы лекций (вводная, обзорная, информационная, проблемная) и семинарских и практических занятий (проблемные, дискуссионные, занятия-практикумы). На семинарских и практических занятиях используются следующие интерактивные формы: групповое обсуждение, метод case-study, (анализ и решение профессиональных ситуационных задач), работа в микрогруппах.

Применяются электронное обучение и дистанционные образовательные технологии в части освоения материала лекционных, семинарских и практических занятий, самостоятельной работы по отдельным разделам дисциплины, прохождения текущей и промежуточной аттестации. В частности, студенты используют электронные ресурсы портала «Электронный университет ВГУ» – Moodle:URL:<http://www.edu.vsu.ru/> – «Экстренная психологическая помощь» – <https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910>

Для реализации учебной дисциплины используются следующие информационные технологии, включая программное обеспечение и информационно-справочные системы:

Аппаратно-программный психодиагностический комплекс «Мультитсихометр». Контракт № 3010-07/44-20 от 29.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж); бессрочный.

Программный комплекс «Psychometric Expert–9 Practic+ версии» (на 15 пользователей). Контракт № 3010-07/41-20 от 23.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж), неисключительные (пользовательские) лицензионные права, бессрочная лицензия.

ПО Интерактивное учебное пособие «Наглядная математика». Контракт № 3010-07/22-16 от 23.03.2016 с ООО «Информационные технологии» (ООО «Интех», Воронеж); бессрочный.

Прикладной пакет программ статистического анализа данных (начального уровня) Statistica Basic Academic 13.0 for Windows Ru (локальная версия на 15 пользователей). Контракт № 3010-07/41-20 от 23.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж), бессрочная лицензия для локальной установки.

Прикладной пакет программ статистического анализа данных (углубленного уровня) Statistica Ultimate Academic 13.0 for Windows Ru (локальная версия на 11 пользователей). Контракт № 3010-07/41-20 от 23.06.2020 с ООО «РУССКИЙ ИНТЕГРАТОР» (Воронеж), бессрочная лицензия для локальной установки.

Неисключительная лицензия на ПО Microsoft Office ProPlus 2019 RUS OLP NL Acdmc. Договор №3010-16/24-19 от 01.04.2019 с ООО «БалансСофт Проекты» (Ульяновск); бессрочный.

WinPro 8 RUS Upgrd OLP NL Acdm. Договор № 3010-07/37-14 от 18.03.2014 с ООО «Перемена» (Воронеж); бессрочная лицензия.

Программы для ЭВМ МойОфис Частное Облако. Лицензия Корпоративная на пользователя для образовательных организаций. Договор № 3010-15/972-18 от 08.11.2018 с АО «СофтЛайн Трейд» (Москва); лицензия бессрочная.

Справочная правовая система «Консультант Плюс» для образования, версия сетевая. Договор о сотрудничестве № 14-2000/RD от 10.04.2000 с АО ИК «Информсвязь-Черноземье» (Воронеж); бессрочный.

Справочная правовая система «Гарант – Образование», версия сетевая. Договор о сотрудничестве № 4309/03/20 от 02.03.2020 с ООО «Гарант-Сервис» (Воронеж); бессрочный.

18. Материально-техническое обеспечение дисциплины:

Мультимедийная аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типов, текущего контроля и промежуточной аттестации, помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (г.Воронеж, проспект Революции, д.24, ауд. 413: специализированная мебель, мультимедиа-проектор NEC NP60, экран для проектора, ноутбук Lenovo 640, устройство психологического тестирования «Психофизиолог» УПФТ-1/30-«Психофизиолог», комплект для комплексной аудиовизуальной стимуляции «Профессиональный»,

аппарат психоэмоциональной коррекции АПЭК-6, цветодинамический проектор «Плазма-250», аппарат аудиовизуальной стимуляции типа «Voyager», прибор биологической обратной связи «Релана».

Аудитория для проведения занятий лекционного и семинарского типов, текущего контроля и промежуточной аттестации (г.Воронеж, проспект Революции, д.24, ауд. 410): специализированная мебель, интерактивная доска с проектором Promethean activboard 387 pro, ноутбук Lenovo.

Лаборатория практической психологии для проведения занятий семинарского типа, помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (г.Воронеж, проспект Революции, д.24, ауд. 307/4): специализированная мебель, аппаратно-программный психодиагностический комплекс «Мультиспихометр», компьютерный комплекс «Автоматизированное рабочее место психолога Psychometric Expert-7», компьютерные психодиагностические методики (Методика экспресс-диагностики Мороз, Методика экспресс-диагностики Сигнал и др.), компьютер Samsung, компьютер LG Plitron, ноутбук Lenovo 640, ноутбук ASUS X51RL, ноутбук HP Probook 450 G6, мультимедиапроектор NEC NP64340, мультимедиапроектор Sanjo PLS-SW 35, принтер HP Laser Jet 1300, сканер Hewlett Packard, экран для проектора.

Компьютерный класс (кабинет информационных технологий №2) для проведения индивидуальных и групповых консультаций, аудитория для самостоятельной работы, помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования (г.Воронеж, проспект Революции, д.24, ауд. 303): специализированная мебель, 15 персональных компьютеров CORE I5-8400 / B365M PRO4 / DDR4 8GB / SSD 480GB / DVI/HDMI/VGA/450Вт / Win10pro / GW2480, интерактивная панель Lumien, 72", МФУ лазерное HP LaserJet Pro M28w(W2G55A).

19. Оценочные средства для проведения текущей и промежуточной аттестаций

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины:

№ п/п	Разделы дисциплины (модули)	Код компетенции	Код индикатора	Оценочные средства для текущей аттестации
1.	Теоретические и практические подходы к оказанию экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных, кризисных ситуациях	ПК-4	ПК-4.1, ПК-4.2	Психологический практикум Практическое задание № 1. Тестовый контроль № 1
2.	Психотехники общения психолога с человеком в чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации.	ПК-3 ПК-4	ПК-3.1 ПК-4.1, ПК-4.2	Тестовый контроль № 2. Рабочая тетрадь Семинарское занятие № 2.1
3.	Технологии оказания экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайные ситуации.	ПК-3	ПК-3.1 ПК-3.2	Практическое задание № 2. Рабочая тетрадь Семинарское занятие № 3.1 Тестовый контроль № 2.
4	Технологии оказания экстренной	ПК-3	ПК-3.1	Практическое задание

№ п/п	Разделы дисциплины (модули)	Код компетенции	Код индикатора	Оценочные средства для текущей аттестации
	психологической помощи в кризисных и тяжелых жизненных ситуациях.		ПК-3.2	№ 3. Тестовый контроль № 3.
5.	Технологии оказания экстренной психологической помощи взрослым и детям, пострадавшим от криминального, сексуального и бытового (семейного) насилия.	ПК-3	ПК-3.1 ПК-3.2	Практическое задание № 4. Тестовый контроль № 4.
6.	Технологии дистанционного экстренного психологического консультирования с использованием «Телефона Доверия».	ПК-3	ПК-3.1 ПК-3.2	Практическое задание № 5. Тестовый контроль № 5
Промежуточная аттестация форма контроля – экзамен		Перечень теоретических и практических вопросов		

20. Типовые оценочные средства и методические материалы, определяющие процедуры оценивания

Оценка знаний, умений и навыков, характеризующая этапы формирования компетенций в рамках изучения дисциплины осуществляется в ходе текущей и промежуточной аттестаций.

Текущая аттестация проводится в соответствии с Положением о текущей аттестации обучающихся по программам высшего образования Воронежского государственного университета. Текущая аттестация проводится в форме устного опроса (индивидуального опроса, фронтальных бесед по вопросам практических занятий); письменных работ (выполнения практических заданий). Критерии оценивания приведены выше.

В условиях применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий все выполняемые практические задания обучающиеся вывешивают для проверки в личных кабинетах в электронных курсах: «Экстренная психологическая помощь» – <https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910> (портал «Электронный университет ВГУ». – Moodle:URL:<http://www.edu.vsu.ru/>).

20.1 Текущий контроль успеваемости

Текущие аттестации проводятся в соответствии с Положением о текущей аттестации обучающихся по программам высшего образования Воронежского государственного университета – в форме выполнения практических заданий. Критерии оценивания приведены ниже. Практические задания выполняются частично во время аудиторных занятий, частично – самостоятельно в форме домашних заданий, но все в виде письменных работ с последующей проверкой преподавателем.

В условиях применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий все выполняемые практические задания, обучающиеся вывешивают для проверки в личных кабинетах в электронных курсах:

– типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие

этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы.

- контрольно-проверочные тесты.

Тестовый контроль (Пример)

по теме «Основные подходы к оказанию экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных, кризисных условиях»

1. Под экстренной психологической помощью понимается система долгосрочных мероприятий, направленных на регуляцию актуального психологического, психофизиологического состояния и негативных эмоциональных переживаний человека или группы людей, пострадавших в результате кризисного или чрезвычайного события при помощи профессиональных методов, соответствующих требованиям ситуации.

Выберите один ответ

- а) верно;
- б) неверно.

2. Экстренная психологическая помощь оказывается в случае, когда в результате кризисной ситуации или психотравмирующих событий возникли такие изменения в психической деятельности, которые, вызывая болезненные переживания, изменяют эмоциональное состояние личности, процессы общения, возможность объективной оценки окружающей обстановки.

Выберите один ответ

- а) верно;
- б) неверно.

3. Экстремальные, кризисные, чрезвычайные ситуации вызывают изменения в _____ человека

Выберите один или несколько ответов

1. Когнитивной структуре личности.
2. В структуре характера личности.
3. Социально-обусловленной подструктуре личности.
4. Эмоциональной подструктуре личности.
5. В структуре высшей нервной деятельности.
6. В структуре темпераменте.
7. В поведенческой сфере.

4. Методы психологической помощи лицам, пережившим психотравмирующие события (во время события и в ближайшее время после него):

Выберите один или несколько ответов

1. Телесно-ориентированная терапия;
2. Психологическое сопровождение;
3. Психодинамическая терапия;
4. Эмоциональная поддержка;
5. Рационально-эмотивная терапия;
6. Информирование;
7. Психологическое вмешательство;
8. Психологический дебрифинг;
9. Когнитивно-бихевиоральная терапия.

5. Кризисное вмешательство определяется как экстренная и неотложная психологическая помощь, направленная на коррекцию эмоциональную сферу, благодаря чему восстанавливаются когнитивные процессы и происходит регуляция поведения пострадавшего.

Выберите один ответ

- а) верно;
- б) неверно.

6. Выберите один правильный ответ.

1. Люди, нуждающиеся в экстренной психологической помощи, чаще всего за ней обращаются непосредственно на месте чрезвычайной ситуации;

2. Люди, нуждающиеся в экстренной психологической помощи после чрезвычайной ситуации, но чаще всего за ней не обращаются.

3. Люди, нуждающиеся в экстренной психологической помощи, чаще всего за ней обращаются после чрезвычайной ситуации.

7. Дебрифинг – это индивидуальная форма работы по отреагированию, переработке и минимизации последствий чрезвычайных и экстремальных ситуаций, которая проводится сразу после происшествия.

Выберите один ответ

а) верно;

б) неверно.

Тест считается пройденным успешно при результате не менее 51 балла. Результат 51-60 балла соответствует отметке "удовлетворительно", 61-80 баллов - "хорошо", 81-100 баллов - "отлично".

Творческое задание № 1- эссе.

I. Посмотрите документальный фильм «Спаси любой ценой»^[1], XX лет МЧС. Россия. Первый канал, 2011.

В письменной форме ответьте на вопрос:

Какова роль спасателей в психологической помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях? Отметьте психологические особенности и специфику работы спасателей.

Какие приемы экстренной психологической помощи используют спасатели?

Проанализируйте особенности общения психологов с потерпевшими и спасенными в условиях чрезвычайной ситуации.

II. Посмотрите программу «Психологи МЧС», телеканал «Мегаполис», 2016.

Ответьте на вопросы:

1. В каких ситуациях привлекают психологов МЧС России для помощи пострадавшим?
2. Какова главная цель работы психолога МЧС России с пострадавшими на месте происшествия или чрезвычайной ситуации?
3. Особенности и подходы к психологической диагностике личности в экстремальных, чрезвычайных ситуациях.
4. Принципы и правила оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных ситуациях.
5. Опишите стратегии и техники экстренной психологической помощи психологов МЧС России при разных эмоциональных состояниях пострадавших.

Критерии оценивания эссе

Для начала остановимся на критериях оценки эссе, потому что если не выполнить один важный критерий, то всё эссе пойдёт насмарку. Речь идёт о критерии К1 – раскрытие смысла высказывания. Если обучающийся неверно раскрыл смысл высказывания, то есть не обозначил поставленную автором проблему, и эксперт выставил по критерию К1 - 0 баллов, то ответ дальше не проверяется, и по остальным критериям (К2, К3) выставляется 0 баллов.

Требования к написанию эссе:

- 1) адекватное понимание проблемы и смысла высказывания;
- 2) соответствие содержания эссе заявленной проблеме;
- 3) выделение и раскрытие в эссе основных аспектов проблемы, на которые указывает автор высказывания;
- 4) аспекты проблемы должны быть раскрыты в заданном научном контексте;
- 5) четкая определённость позиции учащегося, его отношения к проблеме, к мнению автора высказывания;
- 6) обоснование собственной позиции на теоретическом уровне;
- 7) подкрепление приведённых теоретических положений осмысленными фактами общественной жизни, социального поведения, личного опыта;
- 8) логичность рассуждений выпускника;
- 9) отсутствие ошибок в психологических терминах, понятиях, явлениях (сущностных, терминологических ошибок) и иных (фактических, логических, этических) ошибок;
- 10) соответствие эссе требованиям жанра и нормам русского языка.

К объёму нет жёстких требований. Главное внимание уделяется содержанию, качеству работы, адекватности и полноте раскрытия проблемы

№	Критерии оценивания эссе	Баллы
К1	Раскрытие смысла высказывания	
	ИЛИ содержание ответа даёт представление о его понимании	1
	Смысл высказывания не раскрыт, содержание ответа не даёт представления о его понимании	0
К2	Характер и уровень теоретической аргументации	
	Наличие ошибочных с точки зрения научного общественнознания положений ведёт к снижению оценки по этому критерию на 1 балл	
	Избранная тема раскрывается с опорой на соответствующие понятия, теоретические положения и выводы	2
	Приводятся отдельные относящиеся к теме, но не связанные между собой и другими компонентами аргументации понятия или положения	1

	Аргументация на теоретическом уровне отсутствует (смысл ключевых понятий не объяснён; теоретические положения, выводы отсутствуют) ИЛИ используются понятия, положения и выводы, не связанные непосредственно с раскрываемой темой	0
КЗ	Качество фактической аргументации	
	Факты и примеры почерпнуты из различных источников: используются сообщения СМИ, материалы учебных дисциплин, факты личного социального опыта и собственные наблюдения (приведено не менее двух примеров из разных источников)	2
	Фактическая аргументация дана с опорой только на личный социальный опыт и житейские представления ИЛИ приведен(-ы) пример(-ы) из источника одного типа	1
	Фактическая информация отсутствует ИЛИ приведённые факты не соответствуют обосновываемому тезису	0
	Максимальный балл	5

Творческое задание № 2

«Оказание экстренной психологической помощи в чрезвычайной ситуации».

В составе учебной подгруппы подготовьте игровую ситуацию, в которой покажите работу психолога по оказанию экстренной психологической помощи в конкретной чрезвычайной ситуации. Обучающимся предлагается заснять ситуацию на видео с детализацией приемов экстренной психологической помощи.

Раскройте специфику оказания экстренной психологической помощи с учетом динамики психического состояния и поведения, систематики психогенных реакций и расстройств пострадавших на каждом этапе развития чрезвычайной ситуации. Раскрыть приемы экстренной «допсихологической» помощи и самопомощи, исходя из реакций человека в чрезвычайной ситуации, таких как: двигательное возбуждение, агрессия, истероидная реакция; ступор; страх, паническая реакция; апатия; нервная дрожь, плач.

В комментариях к игровой ситуации устно проанализируйте:

- раскрыть цели, задачи экстренной психологической помощи;
- проанализировать группы субъектов чрезвычайной ситуации, которым оказывается психологическая помощь (группы риска, группы ресурсных людей, специалисты, жертвы, дети);
- раскрыть сферы воздействия, проблемы, с которыми работают психологи на месте чрезвычайной ситуации и сразу же после ее ликвидации;
- проанализировать динамику развития чрезвычайной ситуации и этапы оказания психологической помощи;
- понимать особенность длительности и частоты контакта психолога с лицом, которому оказывается экстренная психологическая помощь;
- раскрыть специфику оказания экстренной психологической помощи с учетом динамики психического состояния и поведения, систематики психогенных реакций и расстройств пострадавших на каждом этапе развития чрезвычайной ситуации.

Творческое задание № 3

«Технологии экстренной психологической помощи в кризисных ситуациях горевания».

I. Посмотрите видео подборку ситуаций горевания, размещенную в электронном курсе «Экстренная психологическая помощь»

В форме группового доклада ответьте на вопрос:

- Что стало объектом утраты для героини видеофрагмента?
- К какой стадии горя Вы можете отнести ее переживания? По каким признакам?
- Какие способы конструктивного общения применял психолог в данной ситуации?
- Была ли оказана потерпевшему (клиенту) экстренная психологическая помощь и поддержка?
- Были ли использованы приемы экстренной психологической помощи? Есть ли у Вас предложения и дополнения по процедуре оказания экстренной психологической помощи. Что можно было бы еще сделать в этой ситуации? Предложите различные варианты.

Творческое задание № 4
Виды психологической помощи специалистам МЧС России
в чрезвычайной ситуации.

1 Разработать программу социально-психологического тренинга личностно-го роста по преодолению кризиса жизни, связанного с пережитой экстремальной ситуацией (ситуация по выбору обучающихся). По результатам работы, обучающиеся рассказывают о своей программе, самые интересные упражнения, этапы тренинговой работы проводятся в ходе учебного занятия в качестве обучающего тренинга.

2 Разработать программу психологического дебрифинга, направленного на преодоление пережитой экстремальной ситуации (по выбору студента). По результатам работы студенты проводят наиболее интересные этапы программы в ходе учебного занятия.

Критерии оценивания

Для оценивания творческого задания используется балльная оценка

Критерии оценивания творческого задания	Уровень сформированности компетенций	Шкала оценок
<p>Полное соответствие ответа, обучающегося всем перечисленным показателям по каждому из вопросов творческого задания.</p> <p>Продемонстрированы знания учебного материала и категориального аппарата экстремальной психологии (верное и глубокое изложение понятий, фактов, закономерностей), знание основных направлений, стратегии и технологии экстренной психологической помощи, приемы и методы работы психолога раскрыты полностью, сформированы умения связывать теоретические положения с областями их практического применения, иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований. Показаны навыки применять арсенал средств, методов и технологий психологической работы в соответствии с целями и технологиями экстренной психологической помощи. Материал в процессе ответа построен логически последовательно, профессионально грамотно, обучающий сделал полные и обоснованные выводы.</p>	Повышенный Уровень	85-100 %
<p>Несоответствие ответа, обучающегося одному из перечисленных показателей (к одному из вопросов контрольно-измерительного материала) и правильный ответ на дополнительный вопрос в пределах программы и правильные ответы на два дополнительных вопроса в пределах программы.</p> <p>В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся отдельные пробелы в знаниях учебного мате-</p>	Базовый уровень	75-85 %

риала по вопросам оказания экстренной психологической помощи (верное и глубокое изложение понятий, фактов, закономерностей), недостаточно продемонстрированы умения связывать теоретические положения с областями их практического применения, иллюстрировать ответ		
Несоответствие ответа, обучающегося любым двум из перечисленных показателей и неправильный ответ на дополнительный вопрос в пределах программы. ИЛИ несоответствие ответа, обучающегося любым трем из перечисленных показателей (в различных комбинациях по отношению к вопросам контрольно-измерительного материала). В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся частичные знания учебного материала по вопросам оказания экстренной психологической помощи (верное и глубокое изложение понятий, фактов, закономерностей).	Пороговый уровень	55-75 %
Допускаются существенные ошибки при демонстрации умений связывать теоретические положения с областями их практического применения, иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований, формулировать задачи по вопросам оказания экстренной психологической помощи. Материал в процессе ответа излагается логически последовательно, профессионально грамотно, делаются полные и обоснованные выводы.		
Несоответствие ответа, обучающегося любым четырем из перечисленных показателей (в различных комбинациях по отношению к вопросам контрольно-измерительного материала). В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся отрывочные знания учебного материала по вопросам оказания экстренной психологической помощи (неверное и неглубокое изложение понятий, фактов, закономерностей), допускаются грубые ошибки при демонстрации умений связывать теоретические положения с областями их практического применения, иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований. Обучающему трудно сформулировать задачи стратегии, подходы и принципы экстренной психологической помощи. Он излагает ответа логически непоследовательно, профессионально неграмотно, с трудом делает выводы.	–	Ниже 55 %

Кейс-задания № 1 (пример)

«Неделю назад я похоронила мужа. После похорон 10 летний сын стал замкнутым, хотя до этого он делился со мной своими мыслями и впечатлениями. Он ушел в себя, стал неразговорчивый. Это проявлялось везде и дома, и в школе, в окружении друзей. Он перестал даже заниматься тем, что увлекало его до трагедии. Практически перестал есть, плохо спит. Что мне делать, как реагировать на ребенка, как ему помочь?»

1. В приведенном выше фрагменте консультативного приема найдите и выделите наиболее значимую для решения проблемы клиента информацию.

2. Сформулируйте возникшие у вас гипотезы о возможных причинах трудностей клиента.

3. Определите основные этапы психологической работы над проблемой.

Кейс-задания № 2

«Три дня назад наша квартира и часть дома были разрушены от взрыва бытового газа. Нас по счастливой случайности взрыв произошел утром, когда мы уже вышли из дома. Дом разрушался на наших глазах. Но нашу соседку завалила обломками и спасатели не смогли ей помочь. Она погибла. Администрация города

поселила меня и ребенка 14 лет в общежитие. Ночью меня разбудил крик моей дочери Ольги, ей снились кошмары, что ее засыпает обломками стены. Все утро она проплакала, а потом легла на кровать и практически не реагировала на обращение к ней.

1) Перечислите основные задачи психологов, оказывающих экстренную психологическую помощь на данной стадии развития стрессовой реакции

2) Какие приемы экстренной психологической помощи можно оказать девочке и ее маме. Как технически это сделать в данных условиях. Опишите порядок ее оказания.

Критерии оценки кейс-задания

Оценка за кейс-задание выставляется по четырехбалльной шкале.

«Отлично» – кейс–задание выполнено полностью, в рамках регламента, установленного на публичную презентацию, обучающий приводит полную четкую аргументацию выбранного решения на основе качественно сделанного анализа. Демонстрируются хорошие теоретические знания, имеется собственная обоснованная точка зрения на проблему(ы) и причины ее (их) возникновения. В случае ряда выявленных проблем четко определяет их иерархию. При устной презентации уверенно и быстро отвечает на заданные вопросы, выступление сопровождается приемами визуализации. В случае письменного отчета-презентации по выполнению кейс-задания сделан структурированный и детализированный анализ кейса, представлены возможные варианты решения (3-5), четко и аргументировано обоснован окончательный выбор одного из альтернативных решений.

«Хорошо» – кейс–задание выполнено полностью, но в рамках установленного на выступление регламента, обучающий не приводит полную четкую аргументацию выбранного решения. Имеет место излишнее теоретизирование, или наоборот, теоретическое обоснование ограничено, имеется собственная точка зрения на проблемы, но не все причины ее возникновения установлены. При устной презентации на дополнительные вопросы выступающий отвечает с некоторым затруднением, подготовленная устная презентация выполненного кейс-задания не очень структурирована. При письменном отчете-презентации по выполнению кейс-задания сделан не полный анализ кейса, без учета ряда фактов, выявлены не все возможные проблемы, для решения могла быть выбрана второстепенная, а не главная проблема, количество представленных возможных вариантов решения – 2-3, затруднена четкая аргументация окончательного выбора одного из альтернативных решений.

«Удовлетворительно» – кейс–задание выполнено более чем на 2/3, но в рамках установленного на выступление регламента, обучающий расплывчато раскрывает решение, не может четко аргументировать сделанный выбор, показывает явный недостаток теоретических знаний. Выводы слабые, свидетельствуют о недостаточном анализе фактов, в основе решения может иметь место интерпретация фактов или предположения. Собственная точка зрения на причины возникновения проблемы не обоснована или отсутствует. При устной презентации на вопросы отвечает с трудом или не отвечает совсем. Подготовленная презентация выполненного кейс-задания не структурирована. В случае письменной презентации по выполнению кейс-задания не сделан детальный анализ кейса, далеко не все факты учтены, для решения выбрана второстепенная, а не главная проблема, количество представленных возможных вариантов решения – 1-2, отсутствует четкая аргументация окончательного выбора решения.

«Неудовлетворительно» – кейс-задание не выполнено, или выполнено менее чем на треть. Отсутствует детализация при анализ кейса, изложение уст-

ное или письменное не структурировано. Если решение и обозначено в выступлении или отчете-презентации, то оно не является решением проблемы, которая заложена в кейсе.

20.2 Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация по дисциплине (экзамен) осуществляется с помощью следующих оценочных средств: теоретических и практических вопросов.

Вопросы для экзамена

1. Определение травматического стресса.
2. Понятие, цели, задачи, принципы и виды экстренной психологической помощи.
3. Классификация стрессовых реакций по временным характеристикам.
4. Понятие «психическая травма»
5. Определение травматической ситуации, основные виды травматических ситуаций.
6. Острые стрессовые реакции. Наиболее часто встречающиеся ОСР.
7. Стресс, фрустрация и конфликт как составляющие экстремального состояния.
8. Особенности психотравматического воздействия на психику человека в динамике развития экстремальной ситуации.
9. Динамика развития экстремальных состояний.
10. Специфика протекания стресса в экстремальной ситуации.
11. Особенности реагирования психики человека на психотравмирующие воздействие экстремальных ситуаций.
12. Основные признаки острого стрессового расстройства.
13. Этапы развития острого стрессового расстройства
14. Последствия ОСР для жизни и здоровья человека.
15. Понятие экстренная и неотложной психологической помощи.
16. Основные характеристики экстренная и неотложной психологической помощи в экстремальных ситуациях.
17. Критерии модели деятельности специалистов, оказывающих экстренную психологическую помощь
18. Общие подходы, психотехнологии и методики оказания экстренной психологической помощи.
19. Этапы оказания экстренной психологической помощи.
20. Виды экстренной психологической помощи
21. Экстренная «допсихологическая» помощь, психологическое сопровождение, эмоциональная поддержка; направление (ведение), управление; информирование; психологическое вмешательство (интервенция); выявление негативных социально-психологических механизмов (психическое заражение, паника, слухи) и управление ими (нейтрализация).
22. Приемы экстренной «допсихологической» помощи при страхе, тревоге, плаче, чувстве вины, гнев, неконтролируемой дрожи, двигательном возбуждении.
23. Понятие и виды чрезвычайных ситуаций: техногенные аварии, стихийные бедствия, военные конфликты, эпидемии, социальные взрывы, экономические кризисы.
24. Особенности оказания экстренной психологической помощи в кризисных ситуациях

25. Технологии и приемы экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях
26. Виды экстренной психологической помощи, оказываемой сотрудникам (специалистам) в экстремальных условиях служебной деятельности.
27. Приемы экстренной немедицинской психотерапии. Отличия работы психолога в экстремальных условиях от обычной терапевтической ситуации
28. Стадии развития психических и поведенческих реакций людей в экстремальных ситуациях.
29. Понятие и виды кризисных и тяжелых жизненных ситуаций.
30. Понятие и виды горя.
31. Горе как глубокое личностное переживание и травматическая реакция на психотравмирующее воздействие.
32. Понятие и виды «паталогического» горя. Причины возникновения и динамика развития.
33. Технологии оказания экстренной психологической помощи при потере близких и утрате.
34. Экстренная психологическая помощь при потере близких, утрате.
35. Особенности оказания экстренной психологической помощи при разводе и тяжелых семейных конфликтах.
36. Особенности оказания экстренной психологической помощи при госпитализации в связи с тяжелым заболеванием.
37. Экстренная психологическая помощь родственникам тяжелобольных пациентов.
38. Экстренная психологическая помощь жертвам криминального и сексуального насилия.
39. Экстренная психологическая помощь жертвам бытового насилия.
40. Особенности оказания экстренной психологической помощи детям, ставшими жертвами криминального и сексуального насилия.

Описание технологии проведения

Промежуточные аттестации проводятся в соответствии с Положением о промежуточной аттестации обучающихся по программам высшего образования. В контрольно-измерительные материалы включаются два вопроса – один теоретический и один практический (по конкретной методике / конкретным методикам), позволяющие оценить уровень полученных знаний, умений, навыков.

Для оценивания результатов обучения на зачете используются следующие **показатели**:

- 1) знание учебного материала и категориального аппарата (верное и глубокое изложение понятий, фактов, закономерностей);
- 2) знание основ психологической науки и умение связывать теоретические положения с областями их практического применения;
- 3) умение иллюстрировать ответ примерами, фактами психологической феноменологии, данными научных исследований;
- 4) умение излагать материал в процессе ответа логически последовательно, профессионально грамотно, делать полные и обоснованные выводы;
- 5) успешное прохождение текущей аттестации.

Для оценивания результатов обучения на экзамене с оценкой используется **шкала**: («отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно»).

Соотношение показателей, критериев и шкалы оценивания результатов обучения:

Критерии оценивания компетенций	Уровень сформированности компетенций	Шкала оценок
<p>Полное соответствие ответа обучающегося всем перечисленным показателям по каждому из вопросов контрольно-измерительного материала. Продемонстрировано знание категориального аппарата, особенностей, видов и алгоритма применения экстренной психологической помощи, техник кризисной интервенции, психологических и психофизиологических закономерностей реагирования психики человека на разных этапах воздействия стрессовых факторов, свойств, состояний человека в чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуациях. Знать техники экстренной психологической помощи при оказании помощи жертвам насилия, клиентам, находящимся в острой фазе горевания. Иметь навыки дистанционного консультирования по телефону.</p>	Повышенный уровень	(отлично)
<p>Несоответствие ответа обучающегося одному из перечисленных показателей (к одному из вопросов контрольно-измерительного материала) и правильный ответ на дополнительный вопрос в пределах программы. ИЛИ Несоответствие ответа обучающегося любым двум из перечисленных показателей (либо двум к одному вопросу, либо по одному к каждому вопросу контрольно-измерительного материала) и правильные ответы на два дополнительных вопроса в пределах программы. В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся отдельные пробелы в знании категориального аппарата, психологической науки, основных направлений психологии, используемых в ней методов, психофизиологических закономерностей развития человека на разных этапах онтогенеза, свойств и состояний человека, закономерностей развития сознания человека, познавательной, мотивационной, эмоционально-волевой сфер личности, самосознания, темперамента, способностей, характера и эмоциональных состояний.</p>	Базовый уровень	(хорошо)
<p>Несоответствие ответа обучающегося любым двум из перечисленных показателей и неправильный ответ на дополнительный вопрос в пределах программы. ИЛИ Несоответствие ответа обучающегося любым трем из перечисленных показателей (в различных комбинациях по отношению к вопросам контрольно-измерительного материала). В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся частичные знания категориального аппарата психологической науки, особенностей, видов и алгоритма применения экстренной психологической помощи, техник кризисной интервенции, психологических и психофизиологических закономерностей реагирования психики человека на разных этапах воздей-</p>	Пороговый уровень	(удовлетворительно)

ствия стрессовых факторов, свойств, состояний человека в чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуациях. Знать техники экстренной психологической помощи при оказании помощи жертвам насилия, клиентам, находящимся в острой фазе горевания. Иметь навыки дистанционного консультирования по телефону.		
Несоответствие ответа обучающегося любым четырьмя из перечисленных показателей (в различных комбинациях по отношению к вопросам контрольно-измерительного материала). В ответе на основные вопросы контрольно-измерительного материала содержатся отрывочные знания категориального аппарата, особенностей, видов и алгоритма применения экстренной психологической помощи, техник кризисной интервенции, психологических и психофизиологических закономерностей реагирования психики человека на разных этапах воздействия стрессовых факторов, свойств, состояний человека в чрезвычайных, экстремальных и кризисных ситуациях. Знать техники экстренной психологической помощи в различных ситуациях.	–	(неудовлетворительно)

Форма контрольно-измерительного материала

УТВЕРЖДАЮ
Зав. кафедрой общей и
социальной психологии

_____ К.М. Гайдар
_____.____.20__

Специальность: 37.05.02 Психология служебной деятельности

Дисциплина: Экстренная психологическая помощь

Курс: 4

Форма обучения: очная

Вид аттестации: промежуточная

Вид контроля: экзамен

Контрольно-измерительный материал № 7

1. Технологии экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях.
2. Приемы экстренной «допсихологической» помощи при страхе, тревоге, плаче, чувстве вины, гневе, неконтролируемой дрожи, двигательном возбуждении.

Преподаватель _____ Панченков Е.Ю.

В условиях применения электронного обучения и дистанционных образовательных технологий зачет / экзамен проводится в форме компьютерного тестирования (с использованием портала «Электронный университет ВГУ» –

Moodle: [URL:http://www.edu.vsu.ru/](http://www.edu.vsu.ru/) : «Экстренная психологическая помощь» – <https://edu.vsu.ru/course/view.php?id=3910>.

В этом случае контрольно-измерительные материалы промежуточной аттестации включают в себя тестовые задания закрытого типа с различными вариантами выбора на основе контрольных вопросов, используемых в рамках текущей аттестации. Комплектуется блок контрольно-измерительных вопросов в количестве 20-30 вопросов (заданий).

Пример тестов (для экзамена):

УТВЕРЖДАЮ
Зав. кафедрой общей и
социальной психологии

_____ К.М. Гайдар

_____.____.20__

Специальность: 37.05.02 Психология служебной деятельности

Дисциплина: Экстренная психологическая помощь

Курс: 4

Форма обучения: очная

Вид аттестации: промежуточная

Вид контроля: экзамен

Контрольно-измерительный материал № 1

1. Для работы с хронической травмой используют методы психологической помощи.

Выберите один или несколько ответов

1. Телесно-ориентированная терапия;
2. Психологическое сопровождение;
3. Психодинамическая терапия;
4. Эмоциональная поддержка;
5. Рационально-эмотивная терапия;
6. Информирование;
7. Психологическое интервенция;
8. Дебрифинг;
9. Когнитивно-бихевиореальная терапия.

2. Экстренная психологическая помощь оказывается в случае, когда в результате кризисной ситуации или психотравмирующих событий возникли такие изменения в психической деятельности, которые, вызывая болезненные переживания, изменяют эмоциональное состояние личности, процессы общения, возможность объективной оценки окружающей обстановки.

Выберите один ответ

- а) верно;
- б) неверно.

20.3 Фонд оценочных средств сформированности компетенций студентов, рекомендуемый для проведения диагностических работ

ПК-3 –Способен осуществлять консультативную деятельность с целью обеспечения оптимального психологического состояния личного состава служебных подразделений и различных групп населения.

ПК-3.1 Подбирает методы и приемы психологического консультирования в соответствии с актуальной профессиональной ситуацией.

Знать: основы и специфику оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов;

Уметь: подобрать приемы и методы экстренной психологической помощи в соответствии с актуальной профессиональной ситуацией.

Владеть: технологиями экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности для обеспечения оптимального психологического состояния личного состава служебных подразделений.

Перечень заданий для оценки сформированности индикатора компетенции ПК-3.1

1) закрытые задания (тестовые, средний уровень сложности):

1. Назовите черты не характерные для проявления горя, утраты.

1. Враждебные реакции;
2. Чувство вины;
3. Физическое страдание в виде периодических приступов;
4. Концентрация горющего на естественных моделях поведения;
5. Поглощенность образом утраченного;
6. Идентификация с утратой.

2. Кризисные состояния не проявляются через:

Выбери один или несколько ответов:

1. Невозможность реализации жизненных потребностей;
2. Дефицит смысла в дальнейшей жизни
3. Эмоциональное напряжение;
4. Уход от решения жизненных проблем с уделением большего внимание хобби.

3. Весь комплекс психотерапевтических мероприятий применяется в условиях чрезвычайной ситуации к категориям людей:

1. Пострадавшим проявляющими агрессию и повышенную активность и возбуждение;
2. к родственникам людей, которые находятся в зоне чрезвычайной ситуации;
3. пострадавшим с острыми стрессовыми расстройствами;
4. к родственникам людей, которые находятся под завалами;
5. потерпевшим в состоянии паники;

4. При оказании первой помощи пострадавшему психолог не должен:

1. сразу установить телесный контакт с пострадавшим;
2. оградить пострадавшего от излишнего внимания и расспросов;
3. дать пострадавшему выговориться, используя методы активного слушания;
4. сказать пострадавшему, что вы останетесь с ним.

5. Любое террористическое насилие не включает в себя стандартную схему действий:

1. Неадекватные действия в отношении заложников;
2. Адекватные действия в отношении заложников
3. Выдвижение требований;
4. Угроза насилия;
5. Вызов ужаса;
6. Формирование волны страха.

7. При оказании экстренной психологической помощи при страхе необходимо.

Выберите один или несколько ответов:

1. Попросите потерпевшего дышать активно и глубоко;
2. Попытайтесь отвлечь потерпевшего фразами "Не думай об этом";
3. Дайте человеку выразить свой страх через разговор о нем, например попросите его нарисовать;
4. Говорите сами, не давайте потерпевшему говорить о травмирующем событии, так как это усиливает страх;
5. Не касайтесь человека в состоянии сильного страха. Находитесь рядом ограничивая тактильный контакт;

8. При оказании экстренной психологической помощи при тревоге необходимо:

1. Не оставляйте пострадавшего одного;
2. Не старайтесь успокоить пострадавшего или разговорить его. Просто найдитесь рядом;
3. Предложите потерпевшему деятельность, связанную с умственным трудом;
4. Не задавайте вопросов, не давайте советов, а просто установите телесный контакт и успокойте человека.

9. При оказании экстренной психологической помощи при двигательном возбуждении не рекомендуется следующие действия

1. Возьмите пострадавшего за плечи и сильно, резко потрясите в течение 10–15 секунд;
2. Предложите совместно сделать дыхательную гимнастику;
3. Массируйте «позитивные» точки. Говорите спокойным голосом о чувствах, которые он испытывает;
4. Задавайте человеку вопросы, которые привлекут его внимание, или поручите дело, которое заставит его задуматься.

10. При оказании психологической помощи клиенту с использованием приема конфронтации можно:

1. Выразить предположение, что те или иные модели поведения устарели и не способны принести успех;
2. Определить сильные стороны личности клиента, которые помогут добиться успеха в терапии;
3. Определить инфантильные стороны поведения клиента в кризисе;
4. Показать в противоречии правильность мыслей человека в кризисной ситуации.

11. Какой этап оказания экстренной психологической помощи клиенту не осуществляется:

1. Подготовительный этап;
2. Организационный этап;
3. Этап установления контакта с представителями других ведомств;
4. Этап завершения работы;
5. Восстановительный этап.

12. Исследования показали, что наиболее эффективными являются стратегии выхода из кризисной ситуации и преодоления посттравматического стресса после домашнего насилия.

1. Разрушение психотравмирующей системы воздействующей на жизненные ценности жертвы.
2. Осознание значения травматического события для жизни, стиля поведения, выборов, решений, принимаемых человеком;
3. Изменение Я-концепции жертвы;

13. Под экстренной психологической помощью понимается система долгосрочных мероприятий, направленных на регуляцию актуального психологического, психофизиологического состояния и негативных эмоциональных переживаний человека или группы людей, пострадавших в результате кризисного или чрезвычайного события при помощи профессиональных методов, соответствующих требованиям ситуации.

Верно

Неверно

14. При консультации жертв семейного насилия нет необходимости учитывать различие в:

Социальном статусе;

Национальности;

Религиозных ценностей;

Между сельской и городской женщиной;

Культуре.

15. В диагностические критерии острой реакции на стресс не входит:

1. Сужение поля сознания окружающей ситуации;
2. Дерезализация;
3. Диссоциативные переносы;
4. Субъективное переживание оцепенения, отчужденности или отсутствия эмоциональной реакции;
5. Деперсонализация;
6. Диссоциативная амнезия.

2) открытые задания (тестовые, повышенный уровень сложности):

1. Дайте определение понятию «диссоциация»:

Диссоциация – психический процесс, относимый к механизмам психологической защиты. В результате работы этого механизма человек начинает воспринимать происходящее с ним так, будто оно происходит не с ним, а с кем-то посторонним. Такая «диссоциированная» позиция защищает от избыточных, непереносимых эмоций.

2. Назовите четыре основные характеристики психотравмы:

1. Внешний по отношению к человеку источник;
2. Событие, которое произошло, вызывает у человека ужас и беспомощность;
3. Ситуация абсолютно разрушает обычную систему жизнедеятельности человека;

4. Ситуация создает у человека ощущение беспомощности, бессилия что-либо сделать или предпринять, и человек либо в состоянии, либо не в состоянии совладать со стрессом.

3. Назовите три группы факторов, воздействие которых усиливают разрушительные действия полученной психологической травмы.

- Особенности самого травматического события;
- Состояние защитных сил личности;
- Дополнительные факторы риска.

4. Экспозиция смерти это– короткие, угрожающие жизни ситуации изменяющие личностную структуру человека. Повторяющиеся столкновения со смертью могут приводить к глубоким изменениям на различных уровнях. При близком столкновении со смертью возможен тяжелый экзистенциальный кризис человека.

5. Состояние защитных сил личности – это ее способность противостоять травматическому событию, вырабатывать конструктивные поведения в экстремальной кризисной ситуации.

6. На индивидуальную чувствительность человека к травмам оказывают влияние следующие факторы:

- пол;
- возраст;
- уровень интеллектуального развития;
- актуальная структура личности (наличие таких свойств, как зрелость - незрелость, гиперчувствительность, зависимость, склонность к чрезмерному контролю, стремление подавлять эмоции, склонность выступать в роли жертвы, стремление к удержанию травматического опыта, способствует усилению поражающего эффекта и травмы);
- генетическая предрасположенность - физиологическое состояние в момент получения травмы, особенно при истощении, нарушении режимов сна и питания.

7. Реакции человека на травмирующие события разделяют на:

- травматические острые стрессовые реакции;
- травматические острые стрессовые расстройства;
- посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР).

8. Лёгкая степень острого стрессового расстройства включает следующие симптомы

опасения (беспокойство о будущих неудачах, ощущение волнения, трудности в сосредоточении и т.д.);

моторное напряжение (суетливость, дрожь, невозможность расслабиться и т.д.);

вегетативная гиперактивность (потливость, тахикардия или тахипноэ, головокружение, сухость во рту и т.д.).

3) открытые задания (мини-кейсы, средний уровень сложности):

1. Вы оказываете экстренную психологическую помощь на месте чрезвычайного происшествия. Какие ключевые моменты Вами должны соблюдаться при работе с острыми стрессовыми реакциями.

- не оставлять человека одного (не оставлять один на один с бедой);
- стоять рядом с пострадавшим ниже него;

- дать ощущение большей безопасности;
- речь должна быть убедительной (в повелительном тоне), фразы четкими и краткими, тембр голоса низким;
- постараться свести реакцию к плачу;
- избегать в своей речи употребления частицы «не».

2. Вы оказываете экстренную психологическую помощь пострадавшему в чрезвычайной ситуации у которого острая стрессовая реакция в виде плача. Какие будут Ваши действия?

Если пострадавший плачет, не следует успокаивать, или останавливать плач [6]. При данной реакции нужно использовать общие правила оказания психологической помощи, а также удостовериться, что человек не останется один. Психолог может: поддерживать физический контакт с пострадавшим (поглаживание по плечу и т.д.); применять прием «активного слушания», чтобы дать человеку возможность выплеснуть горе.

3. Помощь пострадавшему на месте происшествия, чрезвычайной ситуации с ярко выраженной агрессивной реакцией осуществляется следующим образом:

- пострадавшему нужно дать отреагировать агрессию (например, дать поколотить подушку, выговориться);
- специалист должен демонстрировать благожелательность (необходимо разрядить обстановку);
- если пострадавший в состоянии – поручить ему физическую работу (например, помогать МЧС в разборе завала).

4. Помощь пострадавшему на месте происшествия, чрезвычайной ситуации с ярко выраженной истероидной реакцией осуществляется следующим образом:

- неожиданно совершенное действие способно вызвать у пострадавшего ориентировочную реакцию, во время которой остановить истероидную реакцию будет невозможно;
- после истерики наступает упадок сил. В этом случае необходимо дать возможность пострадавшему отдохнуть, по возможности прилечь или поспать;
- после реакции пострадавшего необходимо передать для наблюдения врачам;
- не поддаваться на провокации, не потакать желаниям пострадавшего.

5. Помощь пострадавшему на месте происшествия, чрезвычайной ситуации с ярко выраженной панической реакцией осуществляется следующим образом:

Поскольку при данной реакции могут наблюдаться бессмысленные метания из стороны в сторону, общая двигательная активность, психологу нужно пройти вместе с пострадавшим, встать перед ним (преградить путь). Для того, чтобы остановить человека можно использовать фразы: «Куда вы идете?», «Что вы ищите?», «Может вам помочь?»

После обращения можно использовать телесный контакт (плечо, рука).

Специалисту следует побуждать пострадавшего дышать в одном с ним тоне (глубоко и ровно).

Используется прием активного слушания. Можно занять пострадавшего несложными действиями, не требующими сложной интеллектуальной деятельности, чтобы отвлечь его.

6. Для реализации информационной терапии на месте чрезвычайного происшествия используется система звукоусилителей и постоянная трансляция для находящихся в изоляции. Какая информация передается пострадавшим?

- что делается все, чтобы помощь пришла к ним как можно быстрее;
- они должны сохранять полное спокойствие, так как это одно из главных средств к их спасению;
- при возможности попробовать оказать себе самопомощь;
- однако в случае завалов пострадавшим нежелательно принимать какие-либо физические усилия к самоэвакуации, чтобы не привести к опасному для них смещению обломков;
- максимально экономить свои силы;
- находиться с закрытыми глазами, что позволит приблизить себя к состоянию легкой дремоты и большей экономии физических сил;
- дышать медленно, неглубоко и через нос, это позволит экономить влагу и кислород в организме и кислород в окружающем воздухе;
- поскольку ожидание помощи и сам процесс извлечения из-под завалов может затянуться по времени, пострадавший может психологически помочь себе, применяя аффирмации, т.е. мысленное повторение фразы: «Я спокоен, я совершенно спокоен» пять-шесть раз, чередуя это самовнушение с периодами счета до 15—20, что позволит снять внутреннее напряжение и добиться нормализации пульса и артериального давления, а также самодисциплины.

7. Опыт психологического консультирования людей переживающих горе показывает, что желания клиентов, переживающих горе, и соответствующая помощь им, как правило, касаются следующих тем:

- «Позвольте мне просто поговорить». Эти люди хотят говорить об умершем, причине смерти и о своих чувствах в связи с произошедшим. Им хочется проводить долгие часы в воспоминаниях, смеяться и плакать. Они хотят рассказать о его жизни – все равно кому, только бы слушали. В случае насильственной смерти им необходимо еще раз перебрать все мельчайшие подробности до тех пор, пока те не перестанут пугать их и не оставят в покое, и тогда они смогут оплакивать свою потерю.
- «Спросите меня о нем (ней)». Мы часто избегаем разговоров об умершем, но близкие интерпретируют такое поведение как забвение или нежелание обсуждать саму смерть. Это демонстрирует уровень нашего дискомфорта, но не нашей заботы о близких умершего. «На кого он (она) был похож?», «Есть ли у вас фотография?», «Что он (она) любил делать?», «Какие самые приятные ваши воспоминания связаны с ним (ней)?». Это только некоторые из вопросов, задав которые, мы можем проявить свой интерес к прожитой жизни.
- «Поддержите меня и позвольте мне выплакаться». Нет большего подарка, который мы можем сделать убитому горем человеку, чем сила наших рук, обхвативших его за плечи. Прикосновение – это чудо терапии; так мы выражаем свою заботу и внимание, когда слова нам неподвластны. Даже просто придержать его за локоть лучше, чем холодная изоляция. Люди плачут, им необходимо плакать, и намного лучше делать это в теплой обстановке понимания, нежели в одиночку.
- «Не пугайтесь моего молчания». Бывают случаи, когда перенесшие утрату люди как бы замирают, беззвучно глядя в пространство. Нет нужды заполнять тишину словами. Мы должны позволить им погрузиться в свои воспоминания, сколь бы болезненными они ни были, и быть готовы продолжить разговор, когда они возвратятся в состояние «здесь-и-сейчас». Нам не нужно знать, где они были и о чем думали; о чем мы должны побеспокоиться, так это чтобы человеку было комфорт-

но. Большую часть времени они вряд ли смогут облечь свои воспоминания в подходящие слова и будут благодарны за то, что вы просто были с ними рядом в этой тишине.

ПК-3.2 – Планирует и осуществляет консультативный процесс, оценивает его эффективность по предварительно установленным критериям.

Знать: основы и специфику осуществления консультативного процесса в рамках экстренной психологической помощи сотрудникам и служащим правоохранительных органов;

Уметь: планировать и осуществлять консультативный процесс в соответствии с актуальной профессиональной ситуацией;

Владеть: методиками и технологиями планировать, осуществлять и оценивать результативность экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайной ситуации и консультативного процесса.

Перечень заданий для оценки сформированности индикатора компетенции ПК-3.2

1) закрытые задания (тестовые, средний уровень сложности):

1. Кризисное вмешательство определяется как экстренная и неотложная психологическая помощь, направленная на коррекцию эмоциональную сферу, благодаря чему восстанавливаются когнитивные процессы и происходит регуляция поведения пострадавшего.

Верно

Неверно.

2. В компенсаторной и просветительской модели взаимодействия психолога и клиента в кризисной ситуации их позиции уравновешены и позволяют общаться в позиции равенства.

Верно

Неверно.

3. В консультировании жертвы изнасилования необходимо тщательно разобрать обстоятельства психотравмы и причины ситуации.

Верно

Неверно.

4. Р. Мэй, И. Ялом в рамках этой модели взаимодействия предпочитали использовать субъект-объектный подход в психологическом консультировании

Верно

Неверно.

Стадия психофизиологической демобилизации длится

– до 24 часов

– до 48 часов

– до трех суток;

– до 5-ти суток.

5. Дебрифинг – это индивидуальная форма работы по отреагированию, переработке и минимизации последствий чрезвычайных и экстремальных ситуаций, которая проводится сразу после происшествия.

Верно

Неверно.

6. Психолог в кризисной и травматической ситуации обязан, в первую очередь, создать условия для нервной «разрядки».

Верно

Неверно.

7. Краткосрочное кризисное консультирование направлено на глубинную проработку психотравмы и предотвращения развития посттравматического стрессового расстройства.

Верно

Неверно.

8. Алгоритм индивидуального дебрифинга при консультировании жертвы насилия включает шаг «Реконструкция фактов», на котором психолог говорит, что теперь необходимо вспомнить все детали события, отмечая те мысли, которые возникали у жертвы в момент происшествия.

Верно

Неверно.

9. Возникшие вследствие травмирующих обстоятельств катастрофы психогенные нарушения, как правило, связаны с ситуациями испуга, затрагивают преимущественно эмоциональную сферу личности, требуя интрапсихической переработки получаемой информации.

Верно

Неверно.

10. Экстренная психологическая помощь не оказывается в случае, когда в результате кризисной ситуации или психотравмирующих событий:

- возникли такие изменения в психической деятельности, которые, вызывая дезадаптацию личности,
- нарушается функциональное состояние личности,
- нарушаются процессы целеполагания и контроля,
- возникают затруднения в выборе оптимального решения;**
- препятствуют регуляции эмоционального состояния.

11. В ситуации ЧС экстренная психологическая помощь не оказывается:

1. лицам, непосредственно пострадавшим при чрезвычайных ситуациях;
2. очевидцам события, которые также могут получить психологическую травму;
3. сотрудникам служб, осуществляющим в зоне штатных и чрезвычайных ситуаций спасательные и иные работы; медицинским работникам, оказывающим помощь пострадавшим как в зоне штатных и чрезвычайных ситуаций, так и в лечебных учреждениях; сотрудникам социальных и психологических служб, участвующим в устранении последствий чрезвычайных ситуаций;
- 4. лицам, не находившимся в зоне штатных и чрезвычайных ситуаций и не занятым в оказании помощи пострадавшим, у которых обострились ранее существовавшие психические расстройства.**

12. По времени, прошедшим после психотравмы, методы экстренной психологической помощи не используются при работе

1. с острой стрессовой реакцией;
2. острым стрессовым расстройством;
- 3. с отсроченными последствиями психотравмирующего воздействия**

13. На вопрос: «Вы не расстроились на мои слова?» - человек дрожащим голосом сообщает: «Нет». Какое невербальное послание в этом имеет?

- 1) выполняет функцию контроля;

2) запутывание;

- 3) подтверждает сказанное;
- 4) усиливает сказанное.

14. К полезным реакциям психолога во время работы с острым стрессовым расстройством относят

- 1) рассказ о собственной жизни в момент неловкой паузы;
- 2) советы;
- 3) стремление подбодрить клиента в любой ситуации;
- 4) указание на несоответствия чувств и поведения;
- 5) указание на то, что клиент сам виноват.

15. Основной прием дебрифинга:

1. реструктурирование;

2. внушение;
3. убеждение;
4. беседа.

2) открытые задания (тестовые, повышенный уровень сложности):

1. **«Бомбардировка любовью»** – это ситуация, когда знаков внимания со стороны партнера так много, что человек даже продохнуть не может. Нередко они прибегают к услугам, о которых никто не просил, чтобы позже потребовать за них благодарность. Этот механизм описывал еще Роберт Чалдини в работе «Психология влияния»: дело в том, что в людях живо знание о том, что любой обмен – неважно, услугами ли или вещами, – должен быть взаимным.

2. Психологическая помощь при чувстве вины и стыда.

1) Поговорите с человеком, выслушайте его. Дайте понять, что вы слушаете и понимаете его (кивайте, поддакивайте, говорите «угу», «ага»).

2) Не осуждайте человека, не старайтесь оценивать его действия, принимайте человека таким, какой он есть.

3) Не пытайтесь переубедить человека («Ты не виноват», «Такое с каждым может случиться»). На этом этапе важно дать человеку выговориться, рассказать о своих чувствах.

4) Не давайте советов, не рассказывайте о своем опыте, не задавайте вопросов – просто слушайте.

3. **Оптимальное время для проведения дебрифинга** — не позднее 48 ч после события и не более 2—2,5 ч без перерыва.

4. Фазы дебрифинга:

часть I

- 1) вводная фаза;
- 2) фаза описания фактов;
- 3) фаза описания мыслей;
- 4) фаза описания переживаний;

часть II

- 5) фаза описания симптомов;
- 6) фаза завершения;

часть III

- 7) фаза реадaptации.

5. Навыки, необходимые психологу на первой стадии работы с острым горем:

- внимательное отношение к клиенту;
- активное слушание;
- пересказ/парафраз;
- отражение чувств;
- выделение основного;
- фокусирование;
- формулировки вопросов клиенту, выстраивающие «границы» реальности.

6. Виды патологических реакций горя:

1. Хроническая реакция горя - длительная (продолжительная) реакция горя, не приходящая к завершению, длится несколько лет. Невозможность вернуться к нормальной жизни, ощущение, что все остановилось.
2. Отложенная (подавленная) реакция горя - в момент потери есть чувства, но они слабее значимости потерянного. А в будущем на мелкую потерю - сильная реакция.
3. Преувеличенная реакция горя. Вместо тревожного осознания смерти - фобия (сильный страх) или паническая атака. За этим скрываются противоречивые (амбивалентные) чувства к утраченному человеку, чувство вины. Здесь нужно смотреть, на какой стадии в отреагировании потери человек остановился, и проходить с ним эти стадии.
4. Замаскированная реакция горя - человек испытывает мучительные переживания, но со смертью, или другой утратой, их не связывает. Например, радикулит, остеохондроз различные психосоматические заболевания, такие как панические атаки, язва желудка, сахарный диабет, заболевания сердца и щитовидной железы и другие..

7. Цель дебрифинга — снизить тяжесть психологических последствий после пережитой травмы путем отреагирования в условиях безопасности и конфиденциальности. Когда участники делятся друг с другом впечатлениями, реакциями и чувствами о пережитом, у них снижается ощущение ненормальности собственных реакций, падает внутреннее напряжение.

3) открытые задания (мини-кейсы, средний уровень сложности):

1. Сотрудник полиции при проведении оперативно-тактической операции по задержанию группы преступников вступив в огневой контакт с преступником и смертельно его ранил. Сотрудник на приеме у штатного психолога районного отдела полиции находится в состоянии психического возбуждения. Оцените психологическое состояние сотрудника и разработайте алгоритм экстренной психологической помощи.

Основные задачи, на выполнение которых должен опираться психолог при оказании экстренной психологической помощи это:

- 1) поддержание состояния сотрудника на оптимальном психологическом и психофизиологическом уровне (оказание помощи при острых стрессовых реакциях);
- 2) психологу-специалисту необходимо избавить человека от негативного эмоционального состояния, возникшего в результате психотравмирующего события, для предупреждения отсроченных неблагоприятных реакций;

3) прекращение и предупреждение проявления ярко выраженных эмоциональных реакций людей, в том числе массовых.

Характерные признаки острого психического расстройства расстройств и основные мероприятия по оказанию психологической помощи сотрудникам.

У сотрудника может наблюдаться нервное возбуждение, оживленность, аффективные реакции, повышенная конфликтность.

Признаки:

- напряженность, беспокойство, раздражительность;
- мелкие придирки ко «всем и вся»;
- «взрывное» реагирование на замечания, претензии.

Мероприятия:

- временное освобождение от обязанностей службы;
- психологическая экспресс-коррекция состояния;
- психологическая регуляция релаксирующего типа;
- щадящий режим индивидуальной работы со стороны руководства;
- направление на консультацию к психиатру, невропатологу.

1. К психологу МЧС обратился начальник группы спасателей – водолазов, осуществляющих подъем тел погибших с затонувшего судна, с просьбой оказать незамедлительную помощь водолазу у которого после подъема с глубины с телом погибшего развивается психологический шок (апатия). Проанализируйте ситуацию, укажите признаки острой стрессовой реакции, наметьте алгоритм мероприятий по ее купированию.

Психическая демобилизация.

Признаки:

- утрата контроля над ситуацией, дезориентация в обстановке, растерянность;
- необычные для данного сотрудника характер речи, содержание высказываний, интонации, свидетельствующие о переживании страха;
- поспешные хаотичные, некоординированные, ошибочные действия и поступки;
- замедленность или отсутствие необходимых действий и поступков;
- отсутствие волевых усилий, апатия, заторможенность, подавленность, сонливость;
- отсутствие самоконтроля, несдержанность, неадекватное ситуации настроение;
- отказ от продолжения работы.

Мероприятия:

- временное освобождение от исполнения обязанностей;
- экстренная психологическая помощь: психологическая экспресс-коррекция состояния;
- наблюдение за состоянием, при необходимости — эвакуация для оказания специализированной помощи;
- направление на консультацию к психиатру, невропатологу.

2. К психологу УМВД России обратился начальник оперативной службы по поводу неадекватного поведения сотрудника, после гибели товарища в ходе задержания преступника. Событие произошло 28 часов назад. Проанализируйте ситуацию, укажите признаки дистресса, наметьте алгоритм мероприятий по ее купированию.

Сотрудник переживает психологический шок (стрессовое состояние, непосредственно после события, апатичная реакция).

Признаки:

- неадекватное обстановке поведение, безучастное отношение к окружающему;
- замкнутость, молчаливость;
- заторможенность реакций, рассеянность;

- «отсутствующий» вид, затрудненная «включаемость»;
- сужение внимания, интересов, контактов.

Мероприятия:

- временное освобождение от обязанностей службы;
- экстренная психологическая помощь: индивидуальная психологическая беседа, мануальная и телесная терапия;
- при необходимости — направление для углубленного исследования и оказания специализированной помощи в госпитале МВД России;
- допуск к исполнению обязанностей службы — после индивидуального психологического контроля и диагностики;
- направление на консультацию к психиатру, невропатологу.

3. Вы начальник психологической службы УВД по Н-й области. Разъясните психологу, командированному для работы вместе со сводным отрядом сотрудников ППС и оперативных служб для охраны общественного порядка в зоне ЧС, где произошла техногенная катастрофа, основные направления его деятельности по психологическому сопровождению сотрудников в экстремальных условиях службы.

Работа психологов по сопровождению сотрудников ОВД в экстремальных условиях служебной деятельности, регламентируется приказами МВД России, программой психологической помощи сотрудникам.

Задачи психологического сопровождения:

- (1) психологическое обследование, отбор и психологическая подготовка сотрудников, командируемых в «горячие точки»;
- (2) обучение методам и приемам психологической саморегуляции в повседневной и экстремальной ситуации служебной деятельности;
- (3) выявление сотрудников с негативными психологическими последствиями воздействия экстремальных факторов;
- (4) психологическая коррекция имеющихся нарушений в целях предупреждения возникновения состояний психической дезадаптации и их хронификации.
- (5) предотвращение возникновения «стресса возвращения», «синдрома демобилизации» и социально-психологической дезадаптации;
- (6) формирование и поддержка мотивации для дальнейшей работы в ОВД и условиях чрезвычайной ситуации.

4. Авиакатастрофа. Родственники пострадавших и погибших находятся в одном аэропорту для совместного перелета к месту падения самолета. Среди них находится женщина, которая молча сидит одна, ни с кем не общаясь, отказываясь от обеда и ужина. Оцените психологическое состояние родственницы жертвы авиакатастрофы и разработайте алгоритм экстренной психологической помощи. Какие рекомендации сотруднику МЧС России Вы можете дать для эффективного общения с клиентом в состоянии развития острой стрессовой реакции в данной ситуации?

Состояние родственницы жертвы авиакатастрофы относится к экстренной стрессовой реакции - АПАТИЯ.

Представляет собой непреодолимую усталость. Любое движение дается человеку с огромным трудом. В душе равнодушие и безразличие – нет сил даже на эмоции.

Признаки: безразличное отношение к окружающему; вялость, заторможенность; речь медленная, с большими паузами.

Помощь:

Необходимо начать разговаривать, спросив - с кем женщина здесь. Когда в по-

следний раз ела или пила чай и т.д. Задайте ему несколько простых вопросов исходя из того, знаком он Вам или нет. «КАК ВАС ЗОВУТ?» «КАК ТЫ СЕБЯ ЧУВСТВУЕТЕ?»

1. Проводите клиента к месту отдыха, помогите удобно устроиться (обязательно снять обувь).

2. Возьмите клиента за руку или положите свою руку ему на лоб.

3. Дайте пострадавшему возможность поспать или просто полежать. Если нет возможности отдохнуть (происшествие на улице, в общественном транспорте, ожидание окончания операции в больнице), то больше говорите с пострадавшим, вовлекайте его в любую совместную деятельность (прогуляться, сходить выпить чая или кофе, помочь окружающим, нуждающимся в помощи).

Можно попросить клиента помочь собрать списки родственников, включив ее в социальные действия.

ПК-4 – Способен выявлять и (или) проектировать актуальные психологические ресурсы (приемы, методы, технологии), необходимые для эффективного выполнения профессиональных задач в области прикладной психологии.

ПК-4.1 Формулирует профессиональные задачи в области прикладной психологии.

Знать: задачи, критерии, принципы базовые основы и специфику оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности;

Уметь: сформулировать профессиональные задачи в области прикладной психологии.

Владеть: приемами формулирования профессиональных задач в области прикладной психологии.

Перечень заданий для оценки сформированности индикатора компетенции ПК-4.1

1) закрытые задания (тестовые, средний уровень сложности):

1. Какие принципы не являются базовыми при оказании экстренной психологической помощи:

- 1. Принцип объективности (объективная информация с места события);**
2. Ожидание, что нормальное состояние восстановится;
3. Принцип единства и простоты психологического воздействия;
4. Принцип безотлагательности;
5. Приближенность к месту событий.

2. Экстренная психологическая помощь населению основывается на принципе интервенции в поверхностные слои сознания, то есть на работе:

1. С психозами;
2. С невротами;
3. **С симптоматикой;**
4. С фобиями;
5. С синдромами.

3. Что не относится к задачам, решаемым в ходе оказания экстренной психологической помощи в процессе психологического консультирования:

1. Повышение адаптационных возможностей индивида;

2. Психотерапия возникших пограничных нервно-психических нарушений;
3. Профилактика острых панических реакций;
4. Профилактика психогенных нервно-психических нарушений.
5. Решение психологических проблем клиента.

4. Виды экстренной психологической помощи не используемые во время события и в ближайшее время после него:

- экстренная «допсихологическая» помощь,
- психологическое сопровождение,
- эмоциональная поддержка;
- психодинамическая терапия;
- информирование;

5. Возникающая через некоторое время после чрезвычайного события, постепенная стабилизация самочувствия и настроения при сохранении сниженного эмоционального фона, появляющееся желание выговориться, сопровождающееся ажитацией, характерно для:

1. Острой стадии переживания;
2. Стадии восстановления;
3. Стадия психофизиологической демобилизации;
4. Стадии разрешения.

6. Стадия разрешения возникает в течении следующих суток после психотравмирующего события

- 3-12
- 12-20
- 20-30.

7. К группе риска в чрезвычайных ситуациях М. А. Крюкова не относит людей:

1. – находящихся в состоянии шока, ступора;
2. – находящихся в состоянии нервного возбуждения;
3. – у которых нет родственников, которые могли бы оказывать им поддержку;
4. – родителей, потерявших детей;
5. – которые ищут своих родственников, при этом есть веские основания полагать, что они могут быть в числе погибших,
6. –людей, потерявших близкого и при этом страдающих серьезными заболеваниями, которые в сложившихся обстоятельствах могут вызвать приступ (сердечные и психосоматические заболевания);

8. Ситуация работы психолога в экстремальных условиях схожа с терапевтической ситуации тем, что..... Подчеркни неверное утверждение.

- приходится работать с группами жертв, которые не создаются психологом искусственно;
- пациенты часто пребывают в остром аффективном состоянии;
- психопатологический механизм травматического стресса принципиально не отличается от патологических механизмов невроза;
- среди жертв можно встретить большое количество людей разных по своему социальному и образовательному статусу.

9. К основной батарее тестов ежегодного обследования характерологических черт личности специалистов системы МЧС России не относятся :

- метод наблюдения,
- метод экспертной оценки,
- стандартизированный метод исследования личности (СМИЛ),
- тест-опросник 16 RF (тест Кеттелла),
- проективные методы
- **тест М. Люшера.**

10.Срок проведения постэкспедиционного обследования сотрудников МЧС России составляет:

- не позднее 3-х суток;
- не позднее 5-ти суток;
- не позднее 7 суток;
- не позднее 10 суток.

2) открытые задания (тестовые, повышенный уровень сложности):

1.Цель экстренной информационной терапии

уменьшение чувства страха и поддержание посредством информирования жизнеспособности тех, кто жив, но находится в полной изоляции от окружающего мира (из- за землетрясения, разрушения жилищ в результате аварий, взрывов и т.д.)

2. Виды экстренной психологической помощи во время события и в ближайшее время после него:

экстренная «допсихологическая» помощь, психологическое сопровождение, эмоциональная поддержка; направление (ведение), управление; информирование; психологическое вмешательство (интервенция); выявление негативных социально-психологических механизмов (психическое заражение, паника, слухи) и управление ими (нейтрализация).

3. Приемы экстренной «допсихологической» помощи

психологическое сопровождение; направление (ведение), управление; информирование; поддержка.

4. Психологическое сопровождение, эмоциональная поддержка человека, пережившего психотравмирующее событие, представляет –один из основных видов психологической помощи в сложный для человека период, когда боль от пережитого становится непереносимой. Сопровождающий временно находится рядом с пострадавшим, обеспечивает безопасность, необходимую и достаточную поддержку личности в трудных жизненных ситуациях. Такое понимание психологического сопровождения говорит о воздействии в большей степени на эмоциональную сферу, благодаря чему восстанавливаются когнитивные процессы и происходит регуляция поведения. Однако в более широком контексте психологическое сопровождение включает также ведение и информирование. Разведем эти понятия для того, чтобы учесть различные, взаимосвязанные между собой, сферы воздействия (когнитивная, эмоциональная, поведенческая).

5. Психологическое вмешательство (интервенция) направлено на коррекцию состояния, и, как следствие, - поведения. Кризисные ситуации зачастую требуют от человека срочного решения возникших проблем (внезапных или затянувшихся настолько, что привели к кризису). Однако не всегда есть силы и ресурсы для совладания с трудной жизненной ситуацией. Психологическое вмешательство

(в случае необходимости, экстренно) можно осуществить, используя методы психологического воздействия, приемы, техники из психотерапевтических подходов.

3) открытые задания (мини-кейсы, средний уровень сложности):

1. Какие сформированы профессиональные требования к работе психолога в экстремальных условиях. Что должен учитывать руководитель психологической службы МЧС России при направлении психолога для работы в условиях ЧС?

По рекомендациям психологической службы МЧС России для работы в местах чрезвычайных происшествий психолог МЧС должен иметь:

- мотивацию к деятельности в экстремальных обстоятельствах;
- готовность к работе в экстремальных обстоятельствах;
- умение решать проблемные ситуации самостоятельно, профессионально обоснованно;
- ответственную готовность к профессиональной деятельности по оказанию поддержки жертвам экстремальной ситуации;
- физическую и психическую выносливость.

2. При оказании экстренной психологической помощи на месте ликвидации чрезвычайной ситуации вы сталкиваетесь с острой стрессовой реакцией человека на экстремальную ситуацию в виде плача. Назовите признаки реакции. Какие Вами будут предприняты действия и способы оказания экстренной психологической помощи?

Основные признаки данного состояния:

- человек уже плачет или готов разрыдаться;
- подрагивают губы;
- наблюдается ощущение подавленности;
- в отличие от истерики, нет признаков возбуждения.

Если человек сдерживает слезы, то не происходит эмоциональной разрядки, облегчения.

Когда ситуация затягивается, внутреннее напряжение может нанести вред физическому и психическому здоровью человека.

В данной ситуации:

1. Не оставляйте пострадавшего одного.
2. Установите физический контакт с пострадавшим (возьмите за руку, положите свою руку ему на плечо или спину, погладьте его по голове). Дайте ему почувствовать, что вы рядом.
3. Применяйте приемы «активного слушания» (они помогут Пострадавшему выплеснуть свое горе): периодически произносите «ага», «да», кивайте головой, то есть подтверждайте, что слушаете и сочувствуете; повторяйте за пострадавшим отрывки фраз, в которых он выражает свои чувства; говорите о своих чувствах и чувствах пострадавшего.
4. Не старайтесь успокоить пострадавшего. Дайте ему возможность выплакаться и выговориться, «выплеснуть» из себя горе, страх, обиду.
5. Не задавайте вопросов, не давайте советов. Ваша задача – выслушать.

3. При оказании экстренной психологической помощи на месте ликвидации чрезвычайной ситуации вы сталкиваетесь с острой стрессовой реакцией человека на экстремальную ситуацию в виде истерики. Назовите признаки

реакции. Какие Вами будут предприняты действия и способы оказания экстренной психологической помощи?

Истерический припадок длится несколько минут или несколько часов.

Основные признаки:

сохраняется сознание;

чрезмерное возбуждение, множество движений, театральные позы;

речь эмоционально насыщенная, быстрая;

крики, рыдания.

В данной ситуации:

1. Удалите зрителей, создайте спокойную обстановку. Оставайтесь с пострадавшим

наедине, если это не опасно для вас.

2. Неожиданно совершите действие, которое может сильно удивить (можно дать пощечину, облить водой,

С грохотом уронить предмет, резко крикнуть на пострадавшего).

3. Говорите с пострадавшим короткими фразами, уверенным тоном («Выпей воды», «Умойся»).

4. После истерики наступает упадок сил. Уложите пострадавшего спать. До прибытия

специалиста наблюдайте за его состоянием.

5. Не потакайте желаниям пострадавшего.

4. При оказании экстренной психологической помощи на месте ликвидации чрезвычайной ситуации вы сталкиваетесь с острой стрессовой реакцией человека на экстремальную ситуацию в виде страха. Назовите признаки реакции. Какие Вами будут предприняты действия и способы оказания экстренной психологической помощи?

К основным признакам страха относятся:

- напряжение мышц (особенно лицевых);
- сильное сердцебиение;
- учащенное поверхностное дыхание;
- сниженный контроль над собственным поведением.

Панический страх, ужас может побудить к бегству, вызвать оцепенение или, наоборот, возбуждение, агрессивное поведение. При этом человек плохо контролирует себя, не осознает, что он делает и что происходит вокруг.

В этой ситуации:

Положите руку пострадавшего себе на запястье, чтобы он ощутил ваш спокойный пульс. Это будет для него сигналом: «Я сейчас рядом, ты не один!».

2. Дышите глубоко и ровно. Побуждайте пострадавшего дышать в одном с вами ритме.

3. Если пострадавший говорит, слушайте его, выражайте заинтересованность, понимание, сочувствие.

4. Сделайте пострадавшему легкий массаж наиболее напряженных мышц тела.

5. В рамках инструктажа группы психологов МЧС, разъясните что строго запрещено во время оказания экстренной психологической помощи

1. выспрашивать о деталях травматического события и потерях;
2. пытаться воспроизвести или называть чувства, испытанные во время и после травмирующего события;
3. проводить терапевтические интервенции;
4. оценивать, развешивать ярлыки или ставить диагнозы
5. консультировать;

6. отказываться от ее оказания «потому что вы не профессионал».

ПК-4.2 – Определяет требуемые для эффективного выполнения профессиональных задач психологические ресурсы (приемы, методы, технологии).

Знать: перечень психологических ресурсов (приемы, методы, технологии) оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности;

Уметь: определять требуемые ресурсы (приемы, методы, технологии) для оказывать экстренную психологическую помощь с применением современных психотехнологии и методов в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности;

Владеть: способностью прогнозировать требуемые для эффективного выполнения профессиональных задач психологические ресурсы (приемы, методы, технологии) в организации экстренной психологической помощи.

Перечень заданий для оценки сформированности индикатора компетенции ПК-4.2

1) закрытые задания (тестовые, средний уровень сложности):

1. Информирование — это

1) обобщение смысла, сказанного клиентом своими или его словами с целью актуализации его основного содержания и сокращению лишней информации;

2) повтор представляет собой повторение одно-двух ключевых слов из высказывания говорящего с целью направления его речи в определенное русло и концентрации на важной для консультанта проблеме;

3) предоставление информации в форме изложения фактов;

4) способ исследовать внутренние представления клиента, достичь их совместного понимания;

5) стимулирование вербальной активности клиента в тех случаях, когда клиент испытывает опасения или другие затруднения при вербализации своих чувств.

2. Консультативный процесс по Ю.А. Алешиной включает:

1) выслушивание, облегчение эмоционального состояния, помощь консультанта в принятии клиентом собственной ответственности за происходящее в его (клиента) жизни, помощь в определении того, что именно и как можно изменить в ситуации;

2) изложение жалоб, формулирование советов, предложение домашних заданий;

3) установление альянса, изложение жалоб, анализ проблемы.

3. Экстренная психологическая помощь основывается на интервенции в глубинные слои сознания человека, то есть работа идет с синдромами, а не с симптоматикой.

Верно

Неверно.

4. Поддержка — это

1) высказывание терапевта, способствующее адаптации клиента;

2) предоставление информации в форме изложения фактов;

3) способ исследовать внутренние представления клиента, достичь их совместного понимания;

4) это стимулирование вербальной активности клиента в тех случаях, когда клиент испытывает опасения или другие затруднения при вербализации своих чувств.

5. Целями психологической помощи на отдаленных этапах работы с травмой не являются:

1. купирование острого стрессового расстройства;
2. возвращение к нормальному процессу переживания травмы и горя;
3. психологическая коррекция возникших в процессе переживания травмы посттравматических расстройств.

6. Психоанализ используется психологами на этапе купирования острых стрессовых реакций

Верно

Неверно.

7. При работе с острой стрессовой реакцией не используют методы:

1. Методы телесно-ориентированной терапии;
2. Методы психологического сопровождения;
3. Методы эмоциональной поддержки;
4. Методы информирования;
5. Методы психологической интервенции.

8. Перечислите активную форму совладения со стрессом:

1. Преодоление;
2. Приспособление;
3. Переживание;
4. Адаптация.

9. Укажите основную особенность поведения пострадавшего при истерике:

1. Оцепенение.
2. «Театральное» поведение.
3. Агрессивность.

10. Выберите основное мероприятие первой психологической помощи для пострадавшего с агрессивным поведением:

1. Неожиданно совершить отвлекающее действие, например, громко крикнуть.
2. Лишить пострадавшего внимания окружающих.
3. Заставить пострадавшего выполнить конкретное поручение.
4. Говорить тихо, медленно и четко.

1) открытые задания (тестовые, повышенный уровень сложности):

1. Основными задачами психолога на месте чрезвычайного происшествия, по мнению Ю.С. Шойгу, являются

1. Поддержание на оптимальном уровне психологического и психофизиологического состояния человека (оказание помощи при острых стрессовых реакциях).
2. Предупреждение отсроченных неблагоприятных реакций, в том числе и путем избавления человека от неблагоприятных эмоциональных состояний, возникших непосредственно в результате психотравмирующего события.

3. Предупреждение и при необходимости прекращение проявления выраженных эмоциональных реакций, в том числе массовых.
4. Консультирование пострадавших, их родных, близких, а также персонала, работающего в условиях ликвидации последствий ЧС, об особенностях переживания стресса.
5. Помощь специалистам, принимающим участие в ликвидации последствий ЧС.

2. Экстренная психологическая помощь пострадавшим в ЧС включает следующие этапы (по данным П.И. Сидорова):

1. Первый этап – начинается в период развития экстремальной ситуации, когда по сигналу о катастрофе бригады экстренной медицинской помощи выезжают на границу очага чрезвычайного происшествия и приступают к ее оказанию. В силу краткосрочности самого этапа (от нескольких минут или часов) медики и спасатели не могут приступить к оказанию помощи, поэтому их функции выполняют лица, находящиеся рядом с очагом катастрофы.
2. Второй этап – осуществляется в виде квалифицированной помощи в лечебных учреждениях, развернутых в зоне, непосредственно прилегающей к зоне чрезвычайного происшествия.
3. Третий этап – начинается с момента эвакуации пострадавшего в специализированное учреждение, где ему оказывается специализированная психолого-психиатрическая помощь.

3. В процессе медицинской сортировки спасателями и врачами выделяются следующие группы:

- 1 группа – люди, представляющие опасность для себя и окружающих.
- 2 группа – нуждающиеся в неотложных мероприятиях первой врачебной и психологической помощи.
- 3 группа – нуждающиеся в специализированной помощи, которая может быть отсрочена.
- 4 группа – пострадавшие с легкими формами психогенных расстройств после оказания помощи и отдыха могут быть возвращены к нормальной жизнедеятельности. Особая группа – пострадавшие, у которых наряду с основным поражением имеются психогенные расстройства.

4. По результатам психологического диагностического обследования специалисты МЧС России, вернувшихся после ликвидации чрезвычайного происшествия, подразделяются на четыре группы:

1. *Первая группа* - лица без существенных отклонений психического состояния; сохранившие способность полноценной социальной адаптации и трудоспособность; справляющиеся со своими служебными обязанностями; имеющие благоприятные взаимоотношения в семье, - не нуждающиеся в психореабилитационных мероприятиях.
2. *Вторая группа* - лица, имеющие функциональные отклонения; сниженный уровень работоспособности; испытывающие затруднения в повседневной жизни, но сохраняющие достаточный контроль над своим поведением посредством значительного напряжения сил и ресурсов, - нуждающиеся в проведении амбулаторно-поликлинической реабилитации.
3. *Третья группа* - лица, имеющие выраженные проявления посттравматической стрессовой симптоматики; признаки острой или хронической соматической патологии в стадии обострения, требующие длительных сроков реабилитации; нарушения социальной и профессиональной адаптации; значительные проблемы

в личной жизни, - нуждающиеся в стационарной или санаторно-курортной реабилитации.

4. *Четвертая группа* – лица с острыми признаками психической дезадаптации, нуждающиеся в консультации врача-психиатра и, при необходимости, госпитализации в специализированное отделение.

5. Специалисты говорят об острой реакции на стресс в том случае, когда наблюдаются следующие симптомы:

1. человек может находиться в состоянии оглушенности, могут также наблюдаться тревога, гнев, страх, отчаяние, гиперактивность (двигательное возбуждение), апатия и т.д., но ни один из симптомов не преобладает длительно;
2. симптомы проходят быстро (от нескольких часов до нескольких суток);
3. есть четкая временная связь (несколько минут) между стрессовым событием и появлением симптоматики.

3) открытые задания (мини-кейсы, средний уровень сложности):

1. Начальник обращается с просьбой к психологу рассказать о психологических проблемах сотрудника, применившего оружие на поражение и после психологической реабилитации приступившего к службе. Психолог пояснил, что сотрудник по психологическим параметрам готов к несению службы. Экстренной психологической помощи ему не требуется. Но у него есть эмоциональная зависимость от отношений со своей девушкой, которые не снижают эффективность его деятельности. **Какой этический принцип нарушен?**

Психологом нарушен принцип конфиденциальности.

Принцип конфиденциальности является обязательной этической нормой деятельности психолога и означает невозможность разглашения полученной в итоге доверительного общения между психологом и пациентом информации. Конфиденциальность информации должна сохраняться не только лишь сознательно, но и обязательно должны быть реализованы меры предотвращения разглашения случайным образом.

2. **Вы проводите занятие по психологической подготовки молодых сотрудников психологической службы МЧС России. Разъясните обучающимся с какими основными факторами может столкнуться психолог при оказании экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайной ситуации.**

Наличие психотравмирующей ситуации. Оказывать экстренную психологическую помощь приходится сразу после события, имеющего сильнейшее эмоциональное воздействие на когнитивную и личностную сферы человека. Это могут быть и чрезвычайные ситуации техногенного или природного характера, и не менее стрессогенные факторы, обусловленные такими воздействиями на человека, как изнасилование, ДТП, смерть близкого человека.

Фактор времени - экстренную психологическую помощь всегда необходимо оказывать в короткие сроки.

Непривычные условия работы для специалиста-психолога (плохие бытовые условия, отсутствие специально оборудованных помещений для работы и т.д.).

Большое количество людей, нуждающихся в психологической помощи, в одном месте.

3. **При оказании экстренной психологической помощи на месте ликвидации чрезвычайной ситуации вы сталкиваетесь с реакцией человека на экстремальную ситуацию в виде бреда и галлюцинаций. Назовите признаки бреда и галлюцинаций. Какие Вами будут предприняты действия и способы оказания экстренной психологической помощи?**

Главными признаками бреда являются ложные представления или умозаключения, полная уверенность пострадавшего в их истинности, невозможности разубедить его путем разъяснений, убеждений. Галлюцинации проявляются в том, что человек переживает присутствие воображаемых объектов, которые в данный момент отсутствуют в действительности, могут возникать спонтанно, без сенсорной стимуляции (слышит голоса, видит людей, чувствует запахи и прочее).

Первая помощь:

Вызвать медицинских работников, бригаду скорой психиатрической помощи.

Следите, чтобы потерпевший не нанес вреда себе или окружающим. Изолируйте пострадавшего от окружающих и опасных предметов. Не оставляйте его одного.

Старайтесь разговаривать с пострадавшим спокойным голосом, не спорьте, во всем соглашайтесь с ним, не пытайтесь переубедить.

4. При оказании экстренной психологической помощи на месте ликвидации чрезвычайной ситуации вы сталкиваетесь с острой стрессовой реакцией человека на экстремальную ситуацию в виде ступора. Назовите признаки ступора. Какие Вами будут предприняты действия и способы оказания экстренной психологической помощи?

Ступор - является одним из сильнейших защитных реакций организма. Ступор может наступить в результате сильнейших нервных потрясений (нападение, взрыв, жестокое насилие), если человек на выживание затратил большое количество энергии, и в результате этого сил на контакт с окружающими у него уже нет. Длительность ступора может варьироваться от нескольких минут до нескольких часов. Следовательно, помощь пострадавшему необходимо оказать, как можно раньше, в противном случае это приведет его к физическому истощению. Основные признаки ступора: мгновенное снижение или полное отсутствие движений и речи; нет реакции на раздражители извне (свет, щипки, прикосновения, шум); состояние оцепенения, полная неподвижность; напряжение в отдельных группах мышц.

Первая помощь:

1. Согните пострадавшему пальцы на обеих руках и прижмите их к основанию ладони. Большие пальцы должны быть выставлены наружу.

2. Кончиками большого и указательного пальцев массируйте пострадавшему точки, расположенные на лбу, над глазами ровно посередине между линией роста волос и бровями, четко над зрачками.

3. Ладонь свободной руки положите на грудь пострадавшего. Подстройте свое дыхание под ритм его дыхания.

4. Человек, находясь в ступоре, может слышать и видеть. Поэтому говорите ему на ухо тихо, медленно и четко то, что может вызвать сильные эмоции (лучше негативные). Необходимо любыми средствами добиться реакции пострадавшего, вывести его из оцепенения.

5. При оказании экстренной психологической помощи на месте ликвидации чрезвычайной ситуации вы сталкиваетесь с острой стрессовой реакцией человека на экстремальную ситуацию в виде нервной дрожи. Назовите признаки реакции. Какие Вами будут предприняты действия и способы оказания экстренной психологической помощи?

Неконтролируемая нервная дрожь может появиться после стрессовой ситуации. Таким образом, организм борется с внутренним напряжением, если эту реакцию приостановить, напряжение вызовет мышечные боли, и даже развитие таких серьезных заболеваний, как язва, гипертония и др. Основные признаки дрожи: начинается внезапно сразу после стрессовой ситуации или спустя время; появляется дрожь во всем теле или в от-

дельных его частях; реакция может, продолжается достаточно до нескольких часов; по окончании дрожи человек испытывает сильную усталость и ему требуется спокойствие и отдых.

Первая помощь:

1. Необходимо усилить дрожь, для этого пострадавшего надо сильно потрясти за плечи около 10-15 секунд.
2. При этом необходимо все время разговаривать с ним, иначе он воспримет ваши действия как попытку нападения.
3. Когда дрожь прошла, дайте пострадавшему возможность отдохнуть, поспать.
4. Нельзя: стараться обнять или прижимать к себе пострадавшего; укрывать его чем-то теплым; успокаивать, просить, чтобы он взял себя в руки.

ПК-4.3 – Производит оценку результативности применения психологических ресурсов (приемов, методов, технологий) для решения профессиональных задач и определяет возможности повышения эффективности их использования.

Знать: критерии и параметры оценки результативности применения приемы, методы, технологии оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных, экстремальных и опасных условиях служебной деятельности служащих, сотрудников и служащих правоохранительных органов;

Уметь: оценивать результативность приемов, методов, технологий для оказывать экстренную психологическую помощь с применением современных психотехнологии и методов в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности;

Владеть: методами оценки результативности психотехнологиями, методами, приемами организации экстренной психологической помощи и определяет возможности повышения эффективности их использования в чрезвычайных, экстремальных и опасных ситуациях служебной деятельности

Перечень заданий для оценки сформированности индикатора компетенции ПК-4.3

1) закрытые задания (тестовые, средний уровень сложности):

1. Экстренная психологическая помощь населению не должна основываться на принципе:

- интервенции в поверхностные слои сознания, на работе с симптоматикой;
- проработки глубинных слоев психики потерпевшего;
- ожидание, что нормальное состояние человека восстановится;

2. Стадия «психофизиологической демобилизации» людей после психотравмирующих ситуаций длится

1. от 3 до 5 ч
2. до 24 часов
3. до двух суток
4. до 3-х суток
5. до 5-ти суток.

3. К модели взаимодействия пострадавшего и оказывающего помощь не относится модель:

1. моральная модель
2. компенсаторная модель;
3. просветительная модель;
4. медицинская модель;
5. рефлексивная модель.

4. Что не относится к основным показателям эффективности психологической поддержки профессионала:

1. Осознанное представление профессионала о том, что ситуация ему подконтрольна и он в состоянии с ней совладать.
2. Принятие профессионалом на себя безусловных обязательств по планированию собственной жизни, выполнению намеченных действий и ответственности за результаты.
3. Способность профессионала негативные явления рассматривать как вызов собственной жизнестойкости, как стимул для развития собственной личности.
4. Поступательное личностное и профессиональное развитие профессионала в постоянно меняющемся мире, используя конструктивные, адаптивные копинг-стратегии.

5. При оказании экстренной психологической помощи при реакции человека в форме чувства вины и стыда не нужно:

1. Убеждать человека в необходимости получения психологической помощи.
2. Говорить с человеком, используя методы рефлексивного слушания.
3. Принимать человека таким, какой он есть, не мотивируя его на саморефлексию.
4. Убеждать человека, что он не виноват», что такое с каждым может случиться.
5. Дать человеку выговориться, рассказать о своих чувствах.
6. Рассказывать о своем опыте, задавать уточняющие вопросы.

6. Ступор проявляется у пострадавших с острой психической травмой как:

1. «Нервный озноб».
2. **Безразличие к ситуации.**
3. Отсутствие сознания.
4. Сонливость.

7. Принцип не навреди не предполагает.

1. краткосрочность оказания помощи;
2. работу с актуальным психическим состоянием;
3. экологичность;
4. проработку застарелых проблем клиента для стабилизации психического состояния;
5. пролонгацию процесса консультирования

8. Реакция, признаками которой являются непреодолимая усталость, полное равнодушие и безразличие, медленная речь с большими паузами, вялость и заторможенность поведения:

1. плач;
2. агрессивная реакция;
3. страх;
4. истероидная реакция;
5. **апатия;**
6. тревога.

9. Если вы стали свидетелем неотложной ситуации и готовы оказать «до психологическую помощь», в первую очередь необходимо:

1. осмотреть пострадавшего на предмет опасных для жизни состояний;
2. позвать помощника;
3. вызвать экстренные службы;
4. **осмотреть место происшествия на предмет имеющейся опасности для Вас и пострадавшего.**

10. При оказании помощи человеку, испытывающему сильные эмоциональные реакции, в первую очередь необходимо:

1. позаботиться о собственной безопасности, оценить состояние пострадавшего, в случае необходимости оказать ему первую помощь, использовать адекватные приемы оказания психологической поддержки;

2. оценить состояние пострадавшего, в случае необходимости оказать ему первую помощь, использовать адекватные приемы оказания психологической поддержки;

3. вызвать скорую медицинскую помощь и наблюдать за пострадавшим до ее прибытия;

4. немедленно приступить к оказанию психологической поддержки, ориентируясь на состояние пострадавшего.

2) открытые задания (тестовые, повышенный уровень сложности):

1. Психотерапия и психопрофилактика в зоне ликвидации последствий ЧС осуществляются в следующих направлениях.

5. Профилактика со здоровой частью населения, при наличии острых панических реакций и отсроченных, нервно-психических нарушений.

6. Экстренная «допсихологическая помощь»

7. Психотерапия и психокоррекция для людей с развившимися нервно-психическими нарушениями.

2. Служба экстренной психологической помощи выполняет следующие базовые функции:

– практическую: непосредственное оказание скорой психологической и (при необходимости) доврачебной медицинской помощи населению;

– координационную: обеспечение связей и взаимодействия со специализированными психологическими службами

3. Критерии разграничения модели экстренной психологической помощи от других видов психологической помощи:

1. Понимание, цели экстренной психологической помощи (ЭПП).

2. Межведомственное взаимодействие.

3. Функции и внутригрупповое взаимодействие специалистов службы ЭПП.

4. Контингент (лица, которым оказывается ЭПП).

5. Место деятельности специалистов, оказывающих экстренную психологическую помощь.

6. Сферы воздействия, проблемы, с которыми работают психологи, оказывающие ЭПП.

7. Длительность и частота контакта психолога с клиентом.

8. Методы, используемые специалистом.

9. Этапы оказания ЭПП.

4. Направления деятельности бригад экстренной психологической помощи:

- 1) Организация работ: принятие решения (совместно с руководством) о выезде, о составе группы, графике работы, координации деятельности специалистов, организации работы Телефона доверия в ситуации ЧС;
- 2) Оказание экстренной психологической помощи людям, пострадавшим в результате события: консультации родственников, а также лиц, на которых событие оказало косвенное воздействие психотравмирующего характера;
- 3) Диагностика состояний специалистов, рекомендации, оказание необходимой психологической и психотерапевтической помощи;
- 4) Обобщение и анализ информации, полученной в ходе работ по оказанию экстренной психологической помощи, прогнозирование возникновения у населения отсроченных стрессовых реакций, а также информирование местных специалистов относительно стратегий и способов дальнейшей работы с пострадавшими.

5. В ситуации ЧС экстренная психологическая помощь оказывается:

1. лицам, непосредственно пострадавшим при нештатных и чрезвычайных ситуациях, в том числе раненым и больным;
2. родным и близким пострадавших и населению, находящемуся непосредственно в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций или вне нее;
3. очевидцам события, которые также могут получить психологическую травму;
4. сотрудникам служб, осуществляющим в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций спасательные и иные работы;
5. медицинским работникам, оказывающим помощь пострадавшим как в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций, так и в лечебных учреждениях; сотрудникам социальных и психологических служб, участвующим в устранении последствий чрезвычайных ситуаций;
6. лицам, не находившимся в зоне нештатных и чрезвычайных ситуаций и не занятым в оказании помощи пострадавшим, у которых развились те или иные отклонения в состоянии психического здоровья и поведении в связи с воздействием стрессовых факторов.

3. открытые задания (мини-кейсы, средний уровень сложности):

1. Вы оказываете экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайной ситуации, связанной с техногенной катастрофой. От чего в данной ситуации зависит *длительность и частота контакта психолога с пострадавшими*?

Первичный период (во время события и ближайший период после него) - работа с первичными дезадаптивными реакциями. ЭПП оказывается по мере необходимости в период работы бригады психологов с пострадавшим. По частоте помощь может варьироваться от разовой и кратковременной до систематической или даже, в случае необходимости, непрерывной (например, до снятия неопределенности ситуации, связанной с вероятностью гибели близкого человека, и после, если она подтверждается).

2. На месте ликвидации техногенной катастрофы Вы в составе бригады психологов оказываете экстренную психологическую помощь пострадавшим. С какой целью Вами используется метод ведения и информирования пострадавших.

Целью ведения и информирования является в короткий период времени помочь ему предпринять своевременные адекватные действия. Метафорически этот вид помощи можно описать как такие действия: «развернуть в определенном направлении, показать искомую им дорогу, предостеречь от препятствий». Ведение предполагает воздействие в большей степени на поведенческий компонент, информирование на когнитивный (получение необходимой и достаточной значимой информации). Поведение пострадавших при данном виде

помощи может быть ближе к автоматическому. Далее, с течением времени, в связи получением необходимой информации, результативностью действий, приходит ощущение овладения с возникающими задачами, нормализация эмоционального состояния, поведение становится более целенаправленным, осознанным, адаптивным (соответствующим ситуации).

3. Проанализируйте, что объединяет такие методы экстренной психологической помощи пострадавшими как психологическая интервенция и кризисное вмешательство.

Термины «психологическая интервенция» и «кризисное вмешательство» (кризисная интервенция) в случае наличия события психотравмирующего характера, объединяет общая задача, заключающаяся в коррекции состояния, вызванного травматическим событием (или кризисной ситуацией). Следует стремиться к тому, чтобы клиент смог обрести контроль над ситуацией, обратиться к своим ресурсам (внутренним и внешним). Кризисное вмешательство определяется как экстренная и неотложная психологическая помощь, направленная на возвращение пострадавшего к адаптивному уровню функционирования, снижение негативного воздействия травматического события, предотвращение психопатологии (Everly & Mitchell, 1999). Кризисная интервенция направлена на то, чтобы сделать возможным работу над проблемой, нахождение клиентом желательного и адекватного для себя варианта исхода кризисной ситуации. Решение многих проблем невозможно решить быстро, поэтому важно выбрать направление действий и начать их осуществлять.

В случае чрезвычайной ситуации, внезапно возникшей трагедии, невозможна работа в рамках только одного психологического направления. В кризисной ситуации, в случае кризисного состояния, специалист, который практикует только традиционную психотерапию, не отвечает требованиям, предъявляемым к специалистам по кризисному вмешательству (одного подхода бывает недостаточно) [Хоф Л., 35]. Специалист, работающий в определенном подходе, используя техники из других направлений, увеличивает возможности в работе с клиентом.

4. В переходе метро на полу лежит девушка. Над ней склонился юноша, который начинает громко кричать, ругаться, тряссти девушку за плечи, звать на помощь. Вы профессиональный психолог, каковы Ваши действия?

В данной ситуации необходимо сделать следующее:

1. оценить обстановку, обращаясь к юноше, сказать, что будете оказывать первую помощь девушке и попросить его вызвать скорую помощь;
2. проверить у девушки наличие дыхания и сердцебиения, при их наличии придать пострадавшей устойчивое боковое положение.
3. при отсутствии дыхания и сердцебиения приступить к сердечно-легочной реанимации.

5. В кафе Вы стали свидетелем того, как за соседнем столиком мужчина начал хвататься за горло, не может вдохнуть, лицо его стало синеть. Женщина, сидящая рядом с мужчиной, начала громко кричать, звать на помощь, хватать его за плечи и трясти. В такой ситуации необходимо:

1. Вести себя спокойно и решительно;
2. Сказать женщине, что Вы можете помочь мужчине,
3. Оказать пострадавшему первую помощь, применив прием Геймлиха,
4. Оказать психологическую поддержку мужчине и женщине, учитывая их психическое состояние и психологический тип характера.

Критерии и шкалы оценивания заданий ФОС:

Для оценивания выполнения заданий используется балльная шкала:

1) закрытые задания (тестовые, средний уровень сложности):

- 1 балл – указан верный ответ;
- 0 баллов – указан неверный ответ (полностью или частично неверный).

2) открытые задания (тестовые, повышенный уровень сложности):

- 2 балла – указан верный ответ;
- 0 баллов – указан неверный ответ (полностью или частично неверный).

3) открытые задания (мини-кейсы, средний уровень сложности):

- 5 баллов – задание выполнено верно (получен правильный ответ, обоснован (аргументирован) ход выполнения (при необходимости));
- 2 балла – выполнение задания содержит незначительные ошибки, но приведен правильный ход рассуждений, или получен верный ответ, но отсутствует обоснование хода его выполнения (если оно было необходимым), или задание выполнено не полностью, но получены промежуточные (частичные) результаты, отражающие правильность хода выполнения задания, или, в случае если задание состоит из выполнения нескольких подзаданий, верно выполнено 50% таких подзаданий;
- 0 баллов – задание не выполнено или выполнено неверно (получен неправильный ответ, ход выполнения ошибочен или содержит грубые ошибки).

Задания раздела 20.3 рекомендуются к использованию при проведении диагностических работ с целью оценки остаточных результатов освоения данной дисциплины (знаний, умений, навыков).