

Кафедра психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
СПЕЦИАЛИЗАЦИЯ
«М1.О.02.12 КРИЗИСНАЯ ПСИХОЛОГИЯ»**

Уровень высшего образования: магистратура

Квалификация (степень) выпускника: магистр

Форма обучения: очная

Год набора (приема на обучение): 2026

Срок получения образования: 2 года

Объем:
в зачетных единицах: 4 з.е.
в академических часах: 144 ак.ч.

Курс: 2 Семестры: 3, 4
Разделы (модули): 2

2026

Разработчики:

Алексеева Л. Н.

Рабочая программа дисциплины (модуля) составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки 37.04.01 Психология, утвержденного приказом Минобрнауки от 29.07.2020 № 841, с учетом трудовых функций профессиональных стандартов: "Педагог-психолог (психолог в сфере образования)", утвержден приказом Минтруда России от 24.07.2015 № 514н; "Психолог в социальной сфере", утвержден приказом Минтруда России от 14.09.2023 № 716н.

Содержание

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)
2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы
3. Место дисциплины в структуре ОП
4. Объем дисциплины и виды учебной работы
5. Содержание дисциплины
 - 5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий
 - 5.2. Содержание разделов, тем дисциплины
6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины
 - 6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы
 - 6.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся
 - 6.3. Программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине
 - 6.4. Специальные помещения, лаборатории и лабораторное оборудование
7. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины -

Задачи изучения дисциплины:

2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Компетенции / Тип задач профессиональной деятельности ФГОС (для профессиональных компетенций)	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ОПК-5 Способен разрабатывать и реализовывать научно обоснованные программы вмешательства профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера для решения конкретной психологической проблемы отдельных лиц, групп и (или) организаций	ОПК-5.1 Способен анализировать психологическую проблему и определять цели и задачи программ вмешательства	Знать: ОПК-5.1/Зн1 Основные подходы и теории психологии развития и коррекции

3. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина (модуль) М1.О.02.12 «Кризисная психология» относится к обязательной части образовательной программы и изучается в семестре(ах): 3, 4.

Предшествующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

М1.О.02.03 Введение в психологию развития человека;

М1.О.02.06 Основные ступени развития субъектности человека;

М1.В.01.02 Основы групповой работы;

М2.О.02.01(Н) Производственная практика: научно-исследовательская (квалификационная) практика;

М1.В.01.03 Психодиагностический практикум;

М1.В.01.01 Традиционная игра как пространство становления личности ребенка;

Последующие дисциплины (практики) по связям компетенций:

М1.О.02.10 Основы клинической психологии;

М1.О.02.09 Основы семейной психологии;

М1.О.01.16 Основы социальной концепции Русской Православной Церкви;

М3.О.02 Подготовка к процедуре защиты и защита выпускной квалификационной работы;

М3.О.01 Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена;

М1.В.01.04 Практикум по психологическому консультированию;
 М2.О.02.01(Н) Производственная практика: научно-исследовательская (квалификационная) практика;
 М1.В.01.03 Психодиагностический практикум;
 М1.В.ДВ.01.01 Психология детско-родительских отношений;
 М1.В.01.05 Психолого-педагогическое проектирование;
 М1.О.02.11 Ступени образования как модели возрастно-нормативного развития человека;

В процессе изучения дисциплины студент готовится к решению типов задач профессиональной деятельности, предусмотренных ФГОС ВО и образовательной программой.

4. Объем дисциплины (модуля) и виды учебной работы

Период обучения	Общая трудоемкость (часы)	Общая трудоемкость (ЗЕТ)	Контактная работа (часы, всего)	Лекционные занятия (часы)	Практические занятия (часы)	Самостоятельная работа (часы)	Промежуточная аттестация (часы)
Третий семестр	36	1	32	16	16	4	Зачет
Четвертый семестр	108	3	32	16	16	40	Экзамен (36)
Всего	144	4	64	32	32	44	36

5. Содержание дисциплины (модуля)

5.1. Разделы, темы дисциплины и виды занятий (часы промежуточной аттестации не указываются)

Наименование раздела, темы	Всего	Лекционные занятия	в.т.ч. Аудиторная контактная работа	Практические занятия	в.т.ч. Аудиторная контактная работа	Самостоятельная работа	Планируемые результаты обучения, соотнесенные с результатами освоения программы
Раздел 1. Введение в кризисную психологию	36	16	16	16	16	4	
Тема 1.1. Понятие психологического кризиса и виды кризисов	18	8	8	8	8	2	
Тема 1.2. Психология жизненных и экзистенциальных кризисов	18	8	8	8	8	2	
Раздел 2. Психическая травма и её последствия	72	16	16	16	16	40	

Тема 2.1. Понятие психологической травмы и травматических событий	36	8	8	8	8	20
Тема 2.2. Способы выхода из кризисных состояний	36	8	8	8	8	20
Итого	108	32	32	32	32	44

5.2. Содержание разделов, тем дисциплин

Раздел 1. Введение в кризисную психологию

(Лекционные занятия - 16ч.; Практические занятия - 16ч.; Самостоятельная работа - 4ч.)

Тема 1.1. Понятие психологического кризиса и виды кризисов

(Лекционные занятия - 8ч.; Практические занятия - 8ч.; Самостоятельная работа - 2ч.)

Понятие психологического кризиса. Понятие критической жизненной ситуации. Виды кризисов: социогенные, психогенные, возрастные, экзистенциальные. Стресс и травматический стресс. Основные психотравмирующие факторы при военных действиях, природных бедствиях и антропогенных катастрофах. Классификация психотравмирующих ситуаций.

Тема 1.2. Психология жизненных и экзистенциальных кризисов

(Лекционные занятия - 8ч.; Практические занятия - 8ч.; Самостоятельная работа - 2ч.)

Клиническое проявление возрастных и экзистенциальных кризисов. Экстремальные ситуации как причины психологического кризиса. Кризисы утраты, семейные кризисы, болезнь как кризисная ситуация, профессиональное истощение и утрата работы.

Раздел 2. Психическая травма и её последствия

(Лекционные занятия - 16ч.; Практические занятия - 16ч.; Самостоятельная работа - 40ч.)

Тема 2.1. Понятие психологической травмы и травматических событий

(Лекционные занятия - 8ч.; Практические занятия - 8ч.; Самостоятельная работа - 20ч.)

Понятие психологической травмы и травматического события. Типы травматичных ситуаций: краткосрочные, пролонгированные. Фазы переживания травмы. Классификация травм. Психическая травма у детей и подростков. Критерии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) в МКБ-10 и DSM-V.

Тема 2.2. Способы выхода из кризисных состояний

(Лекционные занятия - 8ч.; Практические занятия - 8ч.; Самостоятельная работа - 20ч.)

Индикаторы и этапы переживания кризисных ситуаций. Конструктивные и деструктивные способы выхода из кризиса. Преодолевающее поведение в кризисных ситуациях. Факторы, способствующие разрешению кризисов личности.

6. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

6.1. Перечень основной и дополнительной учебной литературы

Основная литература

6.2. Профессиональные базы данных и ресурсы «Интернет», к которым обеспечивается доступ обучающихся

Профессиональные базы данных

Не используются.

Ресурсы «Интернет»

Не используются.

6.3. Программное обеспечение и информационно-справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

Перечень программного обеспечения

(обновление производится по мере появления новых версий программы)

1. Open office ;
2. LibreOffice;

Перечень информационно-справочных систем

(обновление выполняется еженедельно)

Не используется.

6.4. Специальные помещения, лаборатории и лабораторное оборудование

Компьютерный класс

Доска магнитно-маркерная - 1 шт.

Компьютер - 1 шт.

Кондиционер - 1 шт.

Ноутбук - 20 шт.

Проектор - 1 шт.

Стол - 13 шт.

Стул - 25 шт.

Устройство для хранения и зарядки ноутбуков - 1 шт.

Шкаф одностворчатый - 1 шт.

7. Методические указания по освоению дисциплины (модуля)

Изучение дисциплин учебного плана может осуществляться в одной или нескольких формах контактной работы с преподавателем (лекции, практические занятия, семинары, практикумы, групповые и индивидуальные консультации), а также в форме самостоятельной работы обучающихся.

Формы контактной работы, предусмотренные при изучении настоящей дисциплины, указаны в ее рабочей программе (раздел 5.1). Рабочая программа дисциплины размещена на официальном сайте Университета.

Методические указания по формам работы

Самостоятельная работа

Самостоятельная работа нацелена на повторение учебного материала и углубление знаний, полученных обучающимися на лекции.

Самостоятельная работа предполагает:

1. перед лекцией - повторение ранее пройденного материала по конспекту предыдущей лекции;
2. перед семинаром/практическим занятием:
 - работу с конспектами лекций и презентациями к лекциям;
 - конспектирование рекомендованной основной и дополнительной литературы,

интернет-источников (конспектирование предполагает краткое изложение существенной информации и/или ее графическое отображение, например, в форме диаграммы Исикавы и т.п.);

- подготовка по вопросам плана семинара/практического занятия;
- поиск и усвоение дополнительной релевантной информации, проявление инициативы;
- подготовка доклада с презентацией (в инициативном порядке или по заданию преподавателя);
- формулирование вопросов, которые представляют интерес, но требуют дополнительного обсуждения.

Изучение основной и дополнительной литературы – одна из форм самостоятельной работы, предполагающая чтение рекомендованной учебной литературы полностью или по рекомендованным вопросам/разделам, а также выборочное ее конспектирование для получения и освоения базовых сведений по дисциплине в соответствии с планами лекционных, семинарских и практических занятий.

Подготовка к семинарскому занятию – одна из форм самостоятельной работы, предполагающая подготовку развернутых (3- 5 минут) устных ответов на поставленные вопросы без визуальной поддержки. Источниками при этом являются основная и дополнительная литература, рекомендованные релевантные интернет-ресурсы и курсы, а также базы данных.

Подготовка к опросу -- одна из форм самостоятельной работы, предполагающая ознакомление с лекцией, основной и дополнительной литературой, рекомендованными интернет-источниками и соотнесение полученной информации с вопросами лекции, а также расширение границ лекционного материала.

Подготовка доклада – одна из форм самостоятельной работы, предполагающая расширенный поиск, конспектирование и реферирование информации по теме из всех доступных рекомендованных источников, самостоятельный поиск источников, их критическая оценка, структурирование полученных материалов и дополнение их собственными мнениями и оценочными суждениями и привлечением практических примеров из области профессиональной деятельности. Обязательным требованием является подготовка презентации.

Подготовка к решению кейс-задачи -- одна из форм самостоятельной работы, предполагающая предварительное знакомство с темой кейс-задачи, формулирование проблемы, подбор фактов, выработка тезисов и аргументов для выстраивания их в необходимой форме и логической последовательности в соответствии с профессиональными требованиями.

Подготовка к контрольной работе может осуществляться в рамках подготовки к семинару или опросу.

Лекционные занятия

Занятие, для которого характерны высокий научный уровень, теоретические абстракции, имеющие большое практическое значение. Стиль лекции – четкий план, строгая логика, убедительные доказательства, краткие выводы.

Практические занятия

Практическое занятие – одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой коллективное обсуждение обучающимися теоретических и практических вопросов, решение практических задач под руководством преподавателя. Его основной целью является проверка глубины понимания обучающимся изучаемой темы, учебного материала и умения изложить его содержание ясным и четким языком, развитие самостоятельного мышления и творческой активности.

Подготовка к практическому занятию включает в себя следующее:

- ознакомление с планом занятия, в котором содержатся основные вопросы, выносимые на обсуждение;
- изучение конспектов лекций, соответствующих разделов учебника, учебного пособия,

содержания рекомендованных нормативных правовых актов (при необходимости);

- работа с основными терминами;
- изучение дополнительной литературы по теме занятия;
- формулирование своего мнения по каждому вопросу и аргументированное его обоснование;
- список возникших во время самостоятельной работы вопросов;
- обращение за консультацией к преподавателю.

На практических занятиях предполагается рассматривать наиболее важные, существенные, сложные вопросы, при усвоении которых обучающиеся испытывают наибольшие затруднения. Такие занятия могут предусматривать также заслушивание и обсуждение специально подготовленных докладов, решение кейс-задач. Решение кейс-задач осуществляется в рамках контрольной работы и в качестве единичных заданий.