

САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ  
АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

**«САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ  
ПСИХОЛОГИИ И СОЦИАЛЬНОЙ РАБОТЫ»  
(СПбГИПСР)**

**КАФЕДРА КОНСУЛЬТАТИВНОЙ ПСИХОЛОГИИ И ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ**

**УТВЕРЖДЕНО**  
Руководитель ОПОП  
д-р психол. наук, профессор  
М.А. Щукина  
«29» мая 2020 г.



**Рабочая программа дисциплины**

**ПСИХОКОРРЕКЦИЯ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ**  
по образовательной программе 37.04.01 Психология  
«Психологическое консультирование»

Разработчик: канд. психол. наук, доцент Кузьменкова Лидия Всеволодовна

Согласовано: канд. психол. наук, доцент, зав. кафедрой Кузьменкова Лидия Всеволодовна

**Санкт-Петербург**

**2020**

## **РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины**

### **1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины ПСИХОКОРРЕКЦИЯ СВОЙСТВ ЛИЧНОСТИ**

Психокоррекция – одно из направлений практической психологии. Психологической коррекции подлежат недостатки, не имеющие органической основы и не представляющие собой такие устойчивые качества, которые формируются довольно рано и в дальнейшем практически не изменяются.

**Цель изучения дисциплины** – углубленное изучение механизмов коррекции и опыта разработки и внедрения программ, направленных на психологическую коррекцию свойств личности.

#### **Задачи дисциплины:**

1. дать представления о специфике психокоррекционных воздействий, разработанных и применяемых в различных направлениях психологии;
2. освоить принципы составления психокоррекционных программ, формулирования цели и задач в зависимости от запроса клиента, его возможностей и профессионального уровня психолога-консультанта;
3. сформировать навыки работы с клиентом на всех этапах коррекционного воздействия, анализа проводимых мероприятий и проектирования программ с ожидаемой эффективностью;
4. стимулировать мотивацию самоанализа психологом-консультантом работы с клиентом.

#### **Содержание дисциплины:**

Психокоррекция: цели и задачи. Принципы составления программы психокоррекции свойств личности и оценка эффективности

Индивидуальная психокоррекционная программа

Психокоррекционные программы для различных возрастных групп

Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях

Психокоррекционные программы в кризисной помощи

Требования, предъявляемые к психологу, ведущего психокоррекционные программы.

### **1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине**

**Цель** - ознакомить магистрантов с теоретическими и практическими подходами в психодиагностике, экспертизе и психокоррекции свойств личности в практической работе психолога.

#### **Задачи:**

- ознакомить магистрантов с этическими, организационными, коммуникативными принципами психокоррекции, с подходами в психокоррекции свойств личности как формой профессиональной деятельности практического психолога;
- сформировать целостное представление о применении психодиагностических подходов для осуществления психокоррекционных процедур;
- сформировать представления о задачах психокоррекционной работы свойств личности.

В результате успешного освоения дисциплины магистрант **должны:**

#### **знать:**

- понятия и принципы, лежащие в основе теории психокоррекции свойств личности;
- специфику психокоррекционной работы в различных направлениях психологии;

- особенности психокоррекций свойств личностей в различных ситуациях клиентов.

**уметь:**

- строить контакт с клиентом;

- использовать методики диагностирования, консультирования и приемы психокоррекции;

- внедрять новые подходы и приемы в алгоритм психокоррекции свойств личности.

**иметь навыки:**

- использования в профессиональной деятельности современных подходов в работе с клиентами;

- активизации процесса психокоррекции при работе со сложными клиентами.

### 1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

### 1.4. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий, самостоятельную работу, форму промежуточной аттестации\*

Форма обучения	Общий объем дисциплины			Объем в академических часах									
	В кредитах	В астр. часах	В академ. часах	Объем самостоятельной работы	Объем контактной работы обучающихся с преподавателем								
					Всего	Виды учебных занятий							Промежуточная аттестация (экзамен)
						Всего учебных занятий	Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	Групповые консультации	Индивидуальные консультации	В том числе контактная работа (занятия) в интерактивных формах		
Очная	3	81	108	66	42	38	12	26	-	-	16	4	
Очно-заочная	3	81	108	70	38	34	10	24	-	-	12	4	
Заочная	3	81	108	92	16	12	-	-	12	-	6	4	

\* В случае реализации смешанного обучения рабочая программа дисциплины адаптируется преподавателем в части всех видов учебных занятий и промежуточной аттестации к использованию дистанционных образовательных технологий.

**1.5. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы**

Планируемые результаты обучения по образовательной программе (перечень компетенций в соответствии с ФГОС)	Планируемые результаты обучения по дисциплине (перечень компетенций по дисциплине)
с ОК-1 по ОК-3, с ОПК-1 по ОПК-3 с ПК-1 по ПК-6, ПК-11, ПК-12 ВПК-1, ВПК-2	– готовность к диагностике, экспертизе и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам (ПК-5)

**РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины**

**2.1. Учебно-тематический план дисциплины**

**Очная форма обучения**

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Психокоррекция: цели и задачи. Принципы составления программы психокоррекции свойств личности и оценка эффективности	4	2	2	-
Тема 2. Индивидуальная психокоррекционная программа	10	2	8	4
Тема 3. Психокоррекционные программы для различных возрастных групп	6	2	4	4
Тема 4. Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях	6	2	4	4
Тема 5. Психокоррекционные программы в кризисной помощи	6	2	4	4
Тема 6 Требования, предъявляемые к психологу, ведущего психокоррекционные программы.	6	2	4	-
<b>Итого:</b>	<b>38</b>	<b>12</b>	<b>26</b>	<b>16</b>

### Очно-заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на занятия семинарского типа	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Психокоррекция: цели и задачи. Принципы составления программы психокоррекции свойств личности и оценка эффективности	2	2	-	-
Тема 2. Индивидуальная психокоррекционная программа	8		8	4
Тема 3. Психокоррекционные программы для различных возрастных групп	6	2	4	2
Тема 4. Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях	6	2	4	2
Тема 5. Психокоррекционные программы в кризисной помощи	6	2	4	4
Тема 6 Требования, предъявляемые к психологу, ведущего психокоррекционные программы.	6	2	4	-
<b>Итого:</b>	<b>34</b>	<b>10</b>	<b>24</b>	<b>12</b>

### Заочная форма обучения

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Общее количество аудиторных часов	Общее кол-во часов на занятия лекционного типа	Общее кол-во часов на индивидуальное консультирование	
			Всего	Из них интерактивные формы
Тема 1. Психокоррекция: цели и задачи. Принципы составления программы психокоррекции свойств личности и оценка эффективности	2	-	2	-
Тема 2. Индивидуальная психокоррекционная программа	2	-	2	-
Тема 3. Психокоррекционные программы для различных возрастных групп	2	-	2	2
Тема 4. Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях	2	-	2	2
Тема 5. Психокоррекционные программы в кризисной помощи	2	-	2	2
Тема 6 Требования, предъявляемые к психологу, ведущего психокоррекционные программы.	2	-	2	-
<b>Итого:</b>	<b>12</b>	<b>-</b>	<b>12</b>	<b>6</b>

## **2.2. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины**

### **Тема 1. Психокоррекция: цели и задачи. Принципы составления программы психокоррекции свойств личности и оценка эффективности.**

Психологическая помощь, основные направления. Определение психокоррекции. Цели и задачи психокоррекционной работы. Основные формы психокоррекции: индивидуальная, семейная, групповая, психотерапевтическая среда и психотерапевтическое сообщество.

Психокоррекционный комплекс. Фазы психокоррекционного процесса. Основные принципы составления психокоррекционных программ. Виды психокоррекционных программ. Роль психодиагностики свойств личности в составлении психокоррекционных программ. Составляющие психокоррекционного комплекса. Критерии оценки эффективности психокоррекционной программы.

### **Тема 2. Индивидуальная психокоррекционная программа**

Цели современных психокоррекционных действий. Основные факторы, присущие всем основным направлениям психологии при психокоррекции. Цели и средства психокоррекционных фаз. Объективные и субъективные факторы эффективности психокоррекции (Бютлер). Научная обоснованность прогнозирования психокоррекции. Мета-анализ (Пирсон, 1940). Эффективность психотерапии Роджерса. Личностно-ориентированная терапия (Мясищев ВН, Карвасарский БД)

### **Тема 3. Психокоррекционные программы для различных возрастных групп**

Консультирование и психокоррекция детей дошкольного и младшего школьного возраста. Особенности развития психики, характерной для данного возраста.

Возрастные особенности подростков. Составление программ по проблемам отделения от семьи, формированию идентичности, самооотношения. Специфика методических средств.

Консультирование взрослых и составление психокоррекционных программ.

Работа с пожилыми и старыми людьми. Психофизиологические, психические и физические особенности этого периода жизни человека.

### **Тема 4. Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях**

Психологическое воздействие ЧС на человека. Фрустрационная регрессия.

Роль субъективных факторов в развитии травматического стресса. Динамика психофизиологических и аффективных состояний и поведения пострадавших в очаге ЧС .

Рекомендации для психологов, работающих с пострадавшими при ликвидации последствий ЧС спасательными службами.

Резервы психики (резервы в развитии, резервы в деятельности), приемы активизации резервов в психокоррекционных программах.

## **Тема 5. Психокоррекционные программы в кризисной помощи**

Психология кризиса. Чувства в кризисе. Признаки начала приближающегося кризиса. Типы ситуационных реакций на стресс.

Причины возникновения критических ситуаций. Типы биографических кризисов: кризис нереализованности, кризис опустошенности, кризис бесперспективности.

Основные способы выхода из кризиса: конструктивные и деструктивные. Принципы кризисной интервенции. Программа кризисной помощи как модели решения проблем. Методы кризисной психотерапии. Психогигиена. Психопрофилактика.

## **Тема 6. Требования, предъявляемые к психологу, ведущего психокоррекционные программы.**

Профессионально важные качества практического психолога. Основные подходы в организации психокоррекционной работы. Основные компоненты профессиональной готовности к коррекционной работе. Теоретический компонент: знание теоретических основ коррекционной работы, способов коррекции и т. д. Практический компонент: владение конкретными методами и методиками коррекции. Личностная готовность.

Роль личности психолога в психокоррекционной работе. Профессиональное становление личности психолога. Система подготовки практического психолога и психотерапевта в России и за рубежом.

### **2.3. Описание занятий семинарского типа**

#### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.**

Тема: Психокоррекция: цели и задачи. Принципы составления программы психокоррекции свойств личности и оценка эффективности

Цель: раскрыть перед магистрантами широту психокоррекционных возможностей, осветить основные принципы составления программ.

Понятийный аппарат: психокоррекция, принцип составления психокоррекционной программы, эффективность психокоррекционной программы, критерии эффективности.

Вопросы для обсуждения:

1. Раскрыть содержание принципов, лежащих в основе технологии разработки психокоррекционной программы.

2. Психодиагностический комплекс в разработке программы.

3. Показатели, являющиеся критерием эффективности психокоррекционной работы.

4. Особенности построения психокоррекционных программ.

#### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2.**

Тема: Индивидуальная психокоррекционная программа

Цель: донести до магистрантов основные положения составления психокоррекционных программ.

Понятийный аппарат: факторы психокоррекции, современные цели психокоррекции, средства психокоррекции, фазы процесса психокоррекции.

Вопросы для обсуждения:

- 1) Алгоритм составления психокоррекционной программы, сетка оформления, теория и приложения в оформлении.
- 2) Взаимосвязь консультативного процесса и психокоррекции.
- 3) Примеры психокоррекционных программ

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.**

Тема: Психокоррекционные программы для различных возрастных групп

Цель: донести до осознания магистрантов отличительные особенности психокоррекционных программ для клиентов различных возрастных групп (профессий, направленности и т.п.).

Понятийный аппарат: особенности возрастного развития, особенности профессиональной принадлежности, специфика методических средств.

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности развития психики в дошкольном возрасте, отражение особенности в психокоррекционных программах.
2. Особенности организации психокоррекции и консультирования подростков.
3. Психокоррекционные программы для коррекции личностных свойств взрослых клиентов
4. Работа с пожилыми и старыми людьми с применением психокоррекции

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.**

Тема: Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях

Цель: магистранты должны изучить психологическое воздействие чрезвычайной ситуации (ЧС) на человека, а также фрустрационную регрессию и роль субъективных факторов в развитии травматического стресса.

Понятийный аппарат: особенности психологического воздействия чрезвычайной ситуации на человека, динамика психофизиологических и аффективных состояний и поведения пострадавших в очаге ЧС. Резервы психики. Приемы активизации резервов. Активизация компенсаторных механизмов.

*Вопросы для обсуждения*

1. Психологическое воздействие ЧС на человека.

2. Фрустрационная регрессия.
3. Роль субъективных факторов в развитии травматического стресса
4. Динамика психофизиологических и аффективных состояний и поведения

пострадавших в очаге ЧС

5. Рекомендации для сотрудников спасательных служб
6. Резервы психики. Реальность и возможности
7. Резервы в развитии.
8. Резервы в деятельности.
9. Приемы активизации резервов.
10. Активизация компенсаторных механизмов.

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.**

Тема: Психокоррекционные программы в кризисной помощи

Цель: магистранты должны изучить причины возникновения критических ситуаций, типы ситуационных реакций на стресс.

Понятийный аппарат: Психология кризиса. Чувства в кризисе. Признаки начала приближающегося кризиса. Типы биографических кризисов: кризис нереализованности, кризис опустошенности, кризис бесперспективности. Основные способы выхода из кризиса: конструктивные и деструктивные.

*Вопросы для обсуждения*

1. Психология кризиса
2. Чувства в кризисе
3. Признаки начала приближающегося кризиса
4. Типы ситуационных реакций на стресс
5. Причины возникновения критических ситуаций
6. Типы биографических кризисов: кризис нереализованности, кризис опустошенности, кризис бесперспективности
7. Основные способы выхода из кризиса: конструктивные и деструктивные
8. Принципы кризисной интервенции
9. Программа кризисной помощи как модели решения проблем
10. Методы кризисной психотерапии

### **СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 6.**

Тема: Требования, предъявляемые к психологу, ведущего психокоррекционные программы.

Цель: донести до магистрантов профессиональные требования к психологу-консультанту, работающему в психокоррекционном направлении.

Понятийный аппарат: профессионально важные качества, психологическая готовность, компоненты профессиональной готовности, роль личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Профессионально важные качества и требования к психологу-консультанту.
2. Компоненты профессиональной готовности к работе психологом.
3. Роль личности психолога в работе с клиентом по программе психокоррекции

#### **2.4. Описание занятий в интерактивных формах**

Интерактивное занятие к теме 2 «Индивидуальная психокоррекционная программа».

4 академических часа.

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика *Дебаты и дискуссии* - интеллектуальные игры для обучающихся, представляющие собой особую форму обсуждений, которые ведутся по определенным правилам. Суть дебатов заключается в том, что две команды выдвигают свои аргументы и контраргументы по поводу предложенного тезиса, пытаясь убедить третью сторону (жюри) в своей правоте.

Вопросы для обсуждения:

1. Основа для разработки психокоррекционной программы – консультационные данные, анамнез клиента (разбор на примере).

**Интерактивное занятие к теме 3 «Психокоррекционные программы для различных возрастных групп».** 4 академических часа.

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика *Дебаты и дискуссии* - интеллектуальные игры для обучающихся, представляющие собой особую форму обсуждений, которые ведутся по определенным правилам. Суть дебатов заключается в том, что две команды выдвигают свои аргументы и контраргументы по поводу предложенного тезиса, пытаясь убедить третью сторону (жюри) в своей правоте.

Вопросы для обсуждения:

1. Особенности возрастного развития – основа для построения психокоррекционной программы.
2. Особенности психокоррекционных программ для людей разной направленности, профессий, психологического статуса.

**Интерактивное занятие к теме 4 «Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях».** 4 академических часа.

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика *Дебаты и дискуссии* - интеллектуальные игры для обучающихся, представляющие собой особую форму обсуждений, которые ведутся по определенным правилам. Суть дебатов заключается в том, что

две команды выдвигают свои аргументы и контраргументы по поводу предложенного тезиса, пытаясь убедить третью сторону (жюри) в своей правоте.

Вопросы для обсуждения:

1. Психологическое воздействие ЧС на психику и учет факторов в психокоррекционной программе.

2. варианты программ, учитывающих активизируемые резервы психики.

**Интерактивное занятие к теме 5 «Кризисные ситуации. Программы кризисной помощи»**, 4 академических часа.

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика **тренинговые упражнения** - метод активного обучения, направленный на развитие навыков, компетенций и социальных установок, основанный не только на получении новой информации, но и применении полученных знаний на практике. В тренинге психической саморегуляции в процессе жизнедеятельности цель - формирование навыков рефлексии и психологической саморегуляции. В этом тренинге решаются следующие задачи: выработка навыков самосознания себя, себя в мире и в контакте с окружающими; установления контакта, решения задач по ориентации в проблеме, психосаморегуляции. Работа осуществляется индивидуально, в группе, в подгруппах и в парах.

1 часть. Посвящена рефлексии психического состояния, включает упражнения «Поводырь и «слепой», «Беседа на 3х уровнях», «Зеркало», «Скульптор», «Утес», «Ручеек».

Обсуждение после каждого упражнения по вопросам: как менялось собственное психическое состояние в процессе выполнения задания, что заметили в поведении, эмоциональных реакциях?

2 часть. Ориентирована на освоение техник эффективной саморегуляции психического состояния, включает упражнения «Команда СТОП!», «Болванчик», «Отхлопывание», «Письмо», дыхательные и упражнения для релаксации.

Обсуждение после каждого упражнения по вопросам: как менялось собственное психическое состояние в процессе выполнения задания, что заметили в поведении, эмоциональных реакциях?

3 часть. Обсуждение по вопросам: анализ эмоций, что заметили, какие приемы саморегуляции были эффективны, какова собственная оценка своих действий, что еще можно было сделать, как менялось собственное психическое состояние в процессе выполнения задания?

В заключение: замечания и анализ применения приемов психической саморегуляции и практика реализации правил личной психогигиены в повседневной и профессиональной деятельности.

## **2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций**

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

## **2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья**

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся (обучающегося).

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

- 1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:
  - размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
  - присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
  - выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);
- 2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:
  - надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;
- 3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:
  - возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

<b>Категории студентов</b>	<b>Формы</b>
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла
С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для студентов с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

<b>Категории студентов</b>	<b>Виды оценочных средств</b>	<b>Формы контроля и оценки результатов обучения</b>
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Студентам с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;
- в форме электронного документа.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;
- в форме электронного документа;
- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно);
- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);
- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине Освоение дисциплины инвалидами и лицами с

ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование (для студентов с нарушениями слуха);
- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, (для студентов с нарушениями слуха).

## **2.7. Методические указания для студентов по освоению дисциплины**

Теоретико-методологической основой данного курса выступают междисциплинарные исследования в области геронтологии, социологии, культурологи, социальных и педагогических технологий.

Основным понятийным аппаратом и наиболее значимыми вопросами изучения данной программы являются: сущность социальной работы и ее место в системе адаптации и социализации личности пожилого возраста, технологии, направленные на развитие человека пожилого возраста как субъекта деятельности, использование компенсаторных возможностей и резервов лиц пожилого возраста в процессе их адаптации и социализации.

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развития;
- принцип культуро-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип адекватности использования технологий в зависимости от резервных возможностей человека;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата в системе социальной и социокультурной деятельности.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных изданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (социальной работы с пожилыми людьми).

## **2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Учебная аудитория, оборудованная мультимедийным оборудованием и аудио системой, с возможностью демонстрации интерактивных пособий и учебных фильмов, с доступом к сети Интернет.

### **РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе студентов в рамках освоения дисциплины**

Самостоятельная работа студентов в рамках дисциплины «Методологические проблемы психологии» является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы магистранты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

При изучении курса используются следующие формы самостоятельной работы:

- работа с книгой;
- работа со словарями;
- конспектирование;
- тезирование;
- аннотирование;
- рецензирование.

#### **Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы**

**Цель** выполнения самостоятельной творческой работы – приобретение опыта активной самостоятельной учебно-познавательной деятельности.

Целью СРС является овладение фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками деятельности по профилю, опытом творческой, исследовательской деятельности. СРС способствует развитию самостоятельности, ответственности и организованности, творческого подхода к решению проблем учебного и профессионального уровня.

В процессе выполнения самостоятельной работы студенты должны быть ориентированы на:

- систематизацию и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- формирование умений использовать нормативную, правовую, справочную документацию и специальную литературу;
- развитие познавательных способностей и активности студентов: творческой инициативы, самостоятельности, ответственности и организованности;
- формирование самостоятельности мышления, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;
- развитие исследовательских умений для эффективной подготовки к зачетам и экзаменам.

Успех студента в изучении курса зависит от систематической индивидуальной деятельности по овладению учебным материалом. Студентам целесообразно наладить творческий контакт с преподавателем, придерживаться его рекомендаций и советов по успешному овладению

### **Требования к структуре и оформлению работы.**

Данная работа в окончательном варианте, который предоставляется преподавателю, должна быть иметь следующую **структуру**:

Титульный лист (Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы студентов института, и опубликован на сайте [www.psysocwork.ru](http://www.psysocwork.ru) раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа»).

Работа должна быть представлена на листах формата А4 в печатном варианте с выполнением основных требований оформления документов. Обязателен титульный лист и прилагаемый список литературы.

Устанавливаются следующие требования к **оформлению самостоятельной работы**:

- параметры страницы (210x297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

### **3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана**

Самостоятельная работа предусматривает решение следующих задач:

1. Провести консультацию клиента.
2. Оформить протокол беседы.
3. Провести анализа беседы в соответствии с алгоритмом и сформировать проблемное поле клиента.
4. Обосновать выбор актуальных мишеней для работы с клиентом и составить проекта психокоррекционной программы.
5. Оформить работу для сдачи на проверку в соответствии с требованиями.

### **3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы**

Критериями оценки результатов самостоятельной работы студента является оценка сформированности компетенций.

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Разделом 4 об аттестации учебной работы студентов института.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее 75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже удовлетворительно;
- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

#### **РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств**

##### **4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения**

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине «Методология современной психологии» относится рубежный контроль (тест минимальной компетентности), промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины;
- знание специальной литературы по дисциплине.

Шкала оценивания компетенций на различных этапах их формирования включает следующие критерии:

- полное соответствие;
- частичное соответствие;
- несоответствие.

#### 4.2. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины

Тема (раздел) дисциплины (указывается номер темы, название)	Компетенции по дисциплине
Тема 1. Психокоррекция: цели и задачи. Принципы составления программы психокоррекции свойств личности и оценка эффективности	ПК-5
Тема 2. Индивидуальная психокоррекционная программа	ПК-5
Тема 3. Психокоррекционные программы для различных возрастных групп	ПК-5
Тема 4. Коррекция психических состояний человек в чрезвычайных и экстремальных ситуациях	ПК-5
Тема 5. Психокоррекционные программы в кризисной помощи	ПК-5
Тема 6 Требования, предъявляемые к психологу, ведущего психокоррекционные программы.	ПК-5

#### 4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Основными документом регламентирующими порядок организации и проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной и итоговой аттестации студентов, обучающихся в СПбГИПСР, являются: Устав СПбГИПСР, Положение об аттестации учебной работы студентов института.

По дисциплине «Методология современной психологии» проводятся текущий и рубежный контроль успеваемости, а также промежуточная (итоговая) аттестация знаний.

**Текущий контроль** проводится в конце каждого практического занятия: активность участия в обсуждении вопросов и наличие обработанных протоколов по методикам с написанными заключениями.

Текущий контроль успеваемости проводится в течение семестра в часы, отведенные для изучения дисциплины, и может осуществляться в следующих формах:

- устного ответа;
- письменного ответа.

Конкретная форма проведения оценки уровня знаний студентов по данной дисциплине определяется преподавателем и доводится до сведения студентов на первом занятии по дисциплине.

**Задания по текущему контролю успеваемости** (раздел разрабатывается с учетом индивидуальных образовательных запросов студентов). Обязательным требованием для объективной оценки уровня знаний и участия студента в учебных мероприятиях, предусмотренных рабочей программой является посещаемость учебных занятий в объеме 75% от общего числа занятий.

**Рубежный контроль** успеваемости проводится либо в середине курса, либо на последних

занятиях данного курса (по усмотрению преподавателя).

Сроки рубежного контроля определяются графиком учебного процесса компетентностно-ориентированного учебного плана и утверждаются приказом Ректора или уполномоченного им лица. Рубежный контроль проводится в форме собеседования.

**Рубежный контроль (текущий контроль успеваемости)** проводится преподавателем в процессе изучения дисциплины в форме опроса минимальной компетентности.

Примерные тестовые задания для рубежного контроля:

**Вопрос 1.** Выберите один правильный ответ.

Психокоррекция предназначена:

- а) для здоровых людей, но имеющих проблемы;
- б) для людей, находящихся в пограничном состоянии;
- в) для больных людей.

**Вопрос 2.** Выберите один правильный ответ

Конечные задачи индивидуальной психокоррекционной работы состоят в достижении изменений в трёх основных сферах, за исключением:

- а) когнитивной;
- б) волевой;
- в) эмоциональной;
- г) поведенческой.

<b>Критерии оценивания результатов теста</b>	
<b>Количество верных ответов</b>	<b>Оценка за тест</b>
27-30	«Отлично»
22-26	«Хорошо»
18-21	«Удовлетворительно»
Менее 18	«Неудовлетворительно»

**Промежуточная (итоговая) аттестация по дисциплине.**

Рейтинговая оценка знаний складывается из следующих компонентов:

- посещаемости занятий и активности на них;
- результатов рубежного контроля;
- результатов аттестации самостоятельной работы.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в форме экзамена.

#### **4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины**

##### **Примерные вопросы к экзамену**

1. Психологическая помощь, основные направления.
2. Определение психокоррекции. Цели и задачи психокоррекционной работы.
3. Классификация психокоррекционных воздействий.
4. Основные формы психокоррекции: индивидуальная, семейная, групповая, психотерапевтическая среда и психотерапевтическое сообщество.
5. Психокоррекционный комплекс. Фазы психокоррекционного процесса.
6. Основные принципы составления психокоррекционных программ.
7. Виды психокоррекционных программ. Роль психодиагностики свойств личности в составлении психокоррекционных программ.
8. Составляющие психокоррекционного комплекса.
9. Оценка эффективности психокоррекционной программы.
10. Критерии окончания работы и эффективности психокоррекции. Особенности построения психокоррекционных программ. Примеры психокоррекционных программ.
11. Профессионально важные качества практического психолога.
12. Основные подходы в организации психокоррекционной работы.
13. Основные компоненты профессиональной готовности к коррекционной работе. Теоретический компонент: знание теоретических основ коррекционной работы, способов коррекции и т. д. Практический компонент: владение конкретными методами и методиками коррекции. Личностная готовность.
14. Роль личности психолога в психокоррекционной работе.
15. Профессиональное становление личности психолога.
16. Основные факторы, присущие всем основным направлениям психологии при психокоррекции (Мармор).
17. Цели и средства психокоррекционных фаз.
18. Объективные и субъективные факторы эффективности психокоррекции (Бютлер).
19. Научная обоснованность прогнозирования психокоррекции. Мета-анализ (Пирсон, 1940).
20. Эффективность психотерапии Роджерса.
21. Личностно-ориентированная терапия (Мясищев ВН, Карвасарский БД)
22. Консультирование и психокоррекция детей дошкольного и младшего школьного возраста. Особенности развития психики, характерной для данного возраста.

23. Возрастные особенностями подростков. Составление программ по проблемам отделения от семьи, формированию идентичности, самоотношения.

24. Специфика методических средств, применяемых в работе с подростками и составлении психокоррекционных программ.

25. Консультирование взрослых и составление психокоррекционных программ по психологическим проблемам данного возрастного периода.

26. Работа с пожилыми и старыми людьми. Психофизиологические, психические и физические особенности этого периода жизни человека, учитываемые при реализации программ.

27. Психологическое воздействие чрезвычайных ситуаций на человека.

28. Фрустрационная регрессия.

29. Роль субъективных факторов в развитии травматического стресса.

30. Динамика психофизиологических и аффективных состояний и поведения пострадавших в очаге ЧС.

31. Рекомендации для психологов, работающих с пострадавшими при ликвидации последствий ЧС спасательными службами.

32. Резервы психики (резервы в развитии, резервы в деятельности), приемы активизации резервов в психокоррекционных программах.

33. Чувства человека в кризисе. Типы ситуационных реакций на стресс и их коррекция.

34. Причины возникновения критических ситуаций в жизни человека.

35. Типы биографических кризисов: кризис нереализованности, кризис опустошенности, кризис бесперспективности.

36. Основные способы выхода из кризиса: конструктивные и деструктивные.

37. Методы кризисной психокоррекции.

38. Алгоритм анализа консультационного процесса самим психологом.

39. Примеры проверки эффективности психокоррекционной программы

40. Алгоритм оформления психокоррекционной программы для применения на практике

**Типовые тестовые задания для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья (примерный вариант)**

**Тест 1.** Выберите один правильный ответ

К основным направлениям психологической помощи относятся:

1. психокоррекция, профориентация, психодиагностика;

2. психокоррекция, профориентация, психодиагностика, информирование

### **3. Психокоррекция, профорентация, психотерапия, психодиагностика, психологическое информирование, консультирование.**

Тест 2. Выберите один правильный ответ

Перечислите специфические черты психокоррекции:

**1. психокоррекция ориентирована на клинически здоровую личность, в основном на ее настоящее и будущее;**

2. акцентируется ценностный вклад психолога в работе с клиентом;

3. допускает работать с личностями в пограничном состоянии.

#### **Пример типового практико-ориентированного задания**

*Типовое задание 1.* Опираясь на структуру психокоррекционного процесса (диагностический блок, установочный, коррекционный и блок проверки эффективности) опишите программу своей работы с клиентом - трудоспособным мигрантом.

*Типовое задание 2.* Составьте эссе о различных направлениях психологических школ с точки зрения возможности достижения поставленных целей психокоррекции по запросу о потере смысла жизни пожилым клиентом.

## **РАЗДЕЛ 5. Глоссарий**

**АКТИВНОЕ СЛУШАНИЕ** с применением невербальных сигналов (кивки, «угу», и другие формы «эмпатического покрывания»). Этот навык, если он не применяется слишком активно, позволяет клиенту чувствовать включенность консультанта.

**БЕЗОПАСНОСТЬ** – это ощущение человеком доверия, невредимости, отсутствия страха или тревоги, особенно в отношении удовлетворения собственных настоящих и будущих потребностей.

**БИОГРАФИЧЕСКИЙ КРИЗИС** - под биографическим кризисом понимается такая особенность внутреннего мира человека, которая проявляется в различных формах переживания человеком непродуктивности своего жизненного пути.

**БИХЕВИОРАЛЬНАЯ (ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ) ТЕРАПИЯ** - группа методов, основанных на положениях бихевиоризма, теориях научения, допускающих тот факт, что поведение человека в основном обусловлено историей и результатом его научения. Сторонники бихевиоризма полагают, что психика индивидуума представляет собой совокупность сложных, но отдельных реакций и основной причиной ее формирования является воздействие факторов окружающей среды. Изменения в цепочках «стимул-реакция» обуславливают изменение поведения человека, причем его поведение может быть оценено и объяснено только при рассмотрении объективных отношений между стимулом и ответной реакцией. Иными словами, поведение человека реактивно и им управляют внешние стимулы. На первом этапе развития бихевиоральной терапии ее основной теоретической базой была теория условных рефлексов Павлова, согласно

которой формирование условных рефлексов происходит при наличии смежности (совпадения по времени индифферентного и безусловного раздражителей) и повторения. Угасание условных реакций в свою очередь происходит при отсутствии их подкрепления безусловным раздражителем, причем наиболее резистентными к угашению считаются следующие схемы подкрепления: с изменчивым временным интервалом, при котором подкрепление дается случайным образом, с варибельным соотношением, при котором величина безусловного раздражителя – подкрепляющего стимула - меняется непредсказуемым образом. На втором этапе развития поведенческой психотерапии особую роль стали играть теории инструментального, или оперантного, обусловливания Торндайка и Скиннера, согласно которым формирование условных реакций происходит путем проб и ошибок, являясь результатом выбора (селекции) нужного стереотипа поведения с последующим его закреплением, подчиняющимся определенным законам. На третьем этапе развития бихевиоризма наметилось его сближение с положениями когнитивной психологии – возникновение теории социального научения Бандуры.

**ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ** – направление в современной западной, преимущественно американской, психологии, предметом изучения которого служит целостный человек в его высших, специфических только для человека проявлениях, в т. ч. развитие и самоактуализация личности, ее высшие ценности и смыслы, любовь, творчество, свобода, ответственность, автономия, переживание мира, психическое здоровье, глубинное межличностное общение, трансценденция и т. п.

Г. п. сформировалась как течение в начале 60-х гг. XX в., противопоставляя себя, с одной стороны, бихевиоризму, который критиковался за механистичность подхода к психологии человека по аналогии с психологией животных, за рассмотрение человеческого поведения как полностью зависящего от внешних стимулов, и, с другой стороны, психоанализу, критикуемому за представление о психической жизни человека как полностью определяемой неосознаваемыми глубинными влечениями и комплексами. Г.п. уже в 60-е годы приобрела большой вес и получила название «третьей силы» в западной психологии.

**ДЕСТРУКТИВНЫЕ СТРАТЕГИИ** преодоления кризисов - фактическое нежелание человека и неспособность работать со своей проблемой. Человек не готов и не хочет принимать решения, не хочет брать на себя ответственность за них, боится последствий и поэтому ждет, что все как-нибудь устроится само собой. Однако постепенно у человека накапливается негативный опыт нерешения своих проблем, и это приводит к еще более глубокому, затяжному и тяжелому личностному кризису, который может переходить в невротические состояния, невроз и иметь другие, более деструктивные последствия для личности.

**ДИСТРЕСС** – критическая ситуация, выражаемая в неудовлетворении необходимых потребностей (мотивов) в результате наличия помех, препятствий, причем трудность достижения желаемого преодолима.

**ИНФОРМАЦИОННАЯ ИЗБИТОЧНОСТЬ** - как психологический механизм надежности - отношение количества информации, фактически используемого при выполнении задачи, к минимальному количеству информации, необходимому для выполнения системой ее функции при отсутствии помех

**КОГНИТИВНАЯ ТЕРАПИЯ** - метод, сосредоточенный на работе с отрицательными когнитивными моделями пациента, на обсуждении рациональных оснований суждений человека и поисках способов проверки определенных суждений в реальной жизни. Основными этапами процесса когнитивной психотерапии являются: обоснование основного принципа терапии, подразумевающее подготовку пациента к когнитивной психотерапии; объяснение метода лечения; формулировка пациентом своей проблемы и описание тех шагов, которые он уже предпринимал для ее решения; идентификация негативных мыслей, требующая улавливания автоматических бессознательных мыслей с помощью вопросов и анализа различных записей в дневнике пациента; исследование ложных идей, т.е. удаление негативных мыслей на «дистанцию» и попытка объективного отношения к своей проблеме; когнитивное и поведенческое опровержение ложных идей. Стратегией редукции когнитивных нарушений при депрессии является следующая последовательность: идентификация когнитивных предубеждений пациента, прояснение отношений между когнитивной, эмоциональной и поведенческой составляющими пациента, эмоциональное дистанцирование от предубеждений, развитие позитивных и реалистических установок пациента по отношению к себе, замена неадаптивных паттернов мышления на более адаптивные, обучение находить позитивные моменты в негативно окрашенных ситуациях.

**КОГНИТИВНО-ПОВЕДЕНЧЕСКАЯ ТЕРАПИЯ** - современное направление психотерапии, объединяющее достижения бихевиоральной терапии и когнитивной психологии. Ведущими техниками когнитивно -бихевиоральной терапии являются: когнитивное реструктурирование, решение проблем и различные тренинги. Основным положением когнитивно-бихевиоральной терапии является положение о «двусторонней детерминированности поведения», согласно которому поведение пациента, с одной стороны, и его мысли и чувства - с другой оказывают друг на друга взаимное влияние. В данном варианте психотерапии «когнитивное рассматривается как совокупность когнитивных событий, когнитивных процессов и когнитивных структур». Когнитивно-бихевиоральная терапия исследует мировоззрение пациента с помощью недирективных рефлексивных приемов. В данном случае психотерапевт пытается смотреть на мир глазами пациента, не оспаривая и не

интерпретируя мысли последнего. Основной задачей психотерапевта, работающего в русле когнитивно-бихевиоральной терапии, является оказание пациенту помощи в понимании того, как он строит и интерпретирует окружающую его реальность («конструктивистский ключ»). Особое значение в когнитивно-бихевиоральной терапии придается необходимости учета таких факторов, как трансфер и контртрансфер. Кроме того, Когнитивно-бихевиоральная терапия поддерживает интерактивное представление пациента о своем поведении.

**КРИЗИС БЕСПЕРСПЕКТИВНОСТИ** - возникает в ситуациях, когда по, тем или иным причинам в сознании слабо представлены проекты, планы, мечты о будущем. Дело здесь не в самой по себе неопределенности будущего, оно может быть вполне определенным – гарантированная скука, безнадежный застой, отсутствие перспектив профессионального роста, – а в переживаниях, обозначаемых словами типа «впереди ничего не светит». У человека есть и достижения, и ценные личные качества, но он затрудняется в построении новых жизненных программ, не видит для себя путей самореализации в новых возможных ролях. Реальным показателем наличия такого кризиса является то, что затянувшееся переживание закономерно вызывает отклонения в телесном здоровье.

**КРИЗИС НЕРЕАЛИЗОВАННОСТИ** - возникает, когда по тем или иным причинам человек слабо представляет связи событий своей жизни. Возникают переживания, что «вот, моя жизненная программа не выполнена», «жизнь не удалась», «не повезло». Человек не видит или недооценивает свои достижения или успехи, в своем прошлом не видит достаточно существенных событий, полезных с точки зрения настоящего и предстоящего. Одной из причин такого рода кризиса может быть новая социальная среда, в которую человека забросило, с которой он считается, но в которой его прежний опыт не является ценностью.

**КРИЗИС ОПУСТОЩЕННОСТИ** - возникает в ситуациях, когда в субъективной картине жизненного пути слабо представлены связи, ведущие от прошлого в настоящее и будущее. Несмотря на то что человек осознает наличие у себя к данному времени важных, значимых достижений, у него доминирует переживание, что он уже «прочитанная книга», что у него нет сил и нет заметных привлекательных целей в будущем, а тогда зачем жить? Одной из причин такого состояния может служить некоторая усталость после длительного периода самозабвенной и упорной работы, штурма высоты в жизни и профессии. В этом случае оправданы передышка, отдых от утомившего образа жизни и бурной деятельности. Другой вариант наблюдается при резкой смене социальной или жизненной ситуации, когда у человека возникает ощущение неопределенности, непредсказуемости будущего, когда «не знаешь, за что ухватиться».

**КОНСТРУКТИВНЫЕ СТРАТЕГИИ** - преодоление личностных конфликтов и кризисов, предполагающее принятие реальности, анализ сложившейся ситуации, способность различать

главное и второстепенное, выделять составные части, возникшие в проблеме, и решать ее поэтапно. В этом случае жизненный кризис является поворотным пунктом жизненного пути личности, который приводит к новым высотам развития человеческой личности.

**КОМПЕНСАЦИЯ** - как психологический механизм надежности предполагает возмещение недоразвитых или нарушенных психических функций путем использования сохранных или перестройки частично нарушенных функций.

**КОНФЛИКТ** в отличие от фрустрации, возникает на основе как минимум двух внутренних побуждений, отраженных в сознании в виде самостоятельных понятий – ценностей. Внутрличностный конфликт протекает в форме особого «ценностного переживания». Межличностный конфликт, хотя и имеет внешнюю форму выражения, но возникает в результате наличия у субъектов внутрличностных конфликтов. Конфликт может быть конструктивным или деструктивным.

**КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ** – это стратегии действий, предпринимаемые человеком в ситуациях психологической угрозы физическому, личностному и социальному благополучию, осуществляемые в когнитивной, эмоциональной и поведенческой сферах функционирования личности и ведущие к успешной или менее успешной адаптации.

**КРИЗИС** - является ситуацией переживания невозможности реализации жизненного замысла с применений имеющихся знаний, умений, навыков, которая возникает в поворотных пунктах жизненного пути личности и завершается либо сохранением прежнего жизненного замысла, либо перерождением личности, принятием новой жизненной стратегии, новых ценностей.

**КРИТИЧЕСКИЕ СИТУАЦИИ** - значимые проблемные эмоционально переживаемые жизненные обстоятельства, для разрешения или преодоления, которых требуется поиск нового решения, выхода или непривычных ресурсов их проживания.

**МЕХАНИЗМЫ СОВЛАДАНИЯ** – под механизмами совладания понимаются поведенческие и внутрпсихические усилия по разрешению внешних и внутренних требований, когда во-первых, умения и навыки, включая таковые и по ориентации, подвергаются серьезному испытанию, во-вторых, когда нет готовых решений или их невозможно использовать, в-третьих, когда ситуации или проблемы однозначно не заструктурированы и (или) трудно определить уместность принимаемых решений, и, наконец, когда невозможно предсказать последствия действий».

**НАДЕЖНОСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ** - безошибочное выполнение человеком возложенных на него профессиональных обязанностей (функций) в течение требуемого времени и при заданных условиях деятельности.

**ОПАСНАЯ СИТУАЦИЯ** - это система объективных и субъективных элементов представляющих угрозу для физического выживания и психического здоровья человека.

**ОПТИМАЛЬНЫЕ УСЛОВИЯ ТРУДА** – это благоприятный микроклимат, отсутствие производственных вредностей в рабочей зоне, отсутствие физических и умственных перегрузок и полная безопасность труда.

**ПАССИВНОЕ КОПИНГ-ПОВЕДЕНИЕ** - представляет собой интрапсихические формы преодоления стресса, являющиеся защитными механизмами, предназначенные для снижения эмоционального возбуждения раньше, чем изменится ситуация.

**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ЗДОРОВЬЕ** - процесс сохранения и развития регуляторных свойств организма, его физического, психического и эмоционального благополучия, обеспечивающих высокую надежность профессиональной деятельности, профессиональное долголетие и максимальную продолжительность жизни.

**ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ ДЕСТРУКЦИИ** – это нарушение уже усвоенных способов деятельности, разрушение сформированных профессиональных качеств, появление стереотипов профессионального поведения и психологических барьеров при освоении новых профессиональных технологий, новой профессии или специальности. Профессиональные деструкции негативно сказываются на продуктивности труда и взаимодействии с другими участниками этого процесса.

**ПРОБЛЕМНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ СТИЛЬ РЕАГИРОВАНИЯ** - (problem-focused), направленный на рациональный анализ проблемы, связан с созданием и выполнением плана разрешения трудной ситуации и проявляется в таких формах поведения, как самостоятельный анализ случившегося, обращение за помощью к другим, поиск дополнительной информации.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ЗАЩИТА** – это специальная система стабилизации личности, направленная на ограждение сознания от неприятных, травмирующих переживаний, сопряженных с внутренними и внешними конфликтами, состояниями тревоги и дискомфорта. Функциональное назначение и цель психологической защиты заключается в ослаблении внутриличностного конфликта (напряжения, беспокойства) между инстинктивными импульсами бессознательного и усвоенными требованиями внешней среды, возникающими в результате социального взаимодействия

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ САМОРЕГУЛЯЦИЯ** - это свойство организма, которое определяется как регуляция различных состояний, процессов и действий, осуществляемых самим организмом с помощью психической активности.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ** – это характеристика личности, состоящая в сохранении оптимального функционирования психики. Она не является врожденным свойством личности, а формируется одновременно с ее развитием и зависит от: типа нервной

деятельности, опыта человека, профессиональной подготовки, навыков, умений поведения и деятельности, уровня развития основных познавательных структур личности.

**ПСИХОТИП** - (психологический тип) - характеристика человека с точки зрения психологии, это более узкое понятие, чем тип личности, куда включают не только психологические, но и социальные особенности человека, его образ жизни, его ценности и привычки, это описание, чего от человека такого типа можно ждать в тех или иных ситуациях и по каким внешним признакам об этом догадаться. Описание особенностей поведения человека с точки зрения трудностей для окружающих либо возможностей влияния на него.

**ПСИХОАНАЛИЗ** – направление в психологии, основанное австрийским психиатром и психологом *З. Фрейдом* в конце XIX – первой трети XX в. П. первоначально возник как метод изучения и лечения истерических неврозов. Результаты психотерапевтической практики, а также анализ различных явлений нормальной психической жизни - сновидений, ошибочных действий, остроумия – были проинтерпретированы Фрейдом как результат действия общих психологических механизмов. Эти представления составили психологическое учение, в центре которого находятся бессознательные психические процессы и мотивация.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКОЕ КОНСУЛЬТИРОВАНИЕ** – это совокупность процедур, направленных на помощь человеку в разрешении проблем в принятии решений относительно профессиональной карьеры, брака, семьи, совершенствования личности и межличностных отношений.

**ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ КОНТРАКТ** - это соглашение между клиентом и консультантом, единое понимание того, что будет происходить в результате их взаимодействия. Это четкое определение внутри- и межличностных проблем клиента, которые нуждаются в разрешении и действий, необходимых для их разрешения. Контрактом определяются права и ответственность обеих сторон. При желании клиент может составить его в письменной форме.

**РИСК** – это возможность того, что человеческие действия или результаты его деятельности приведут к негативным или позитивным последствиям, которые воздействуют на человеческие ценности.

**СИТУАЦИЯ** – это система объективных и субъективных элементов, объединяющихся в определенный временной период жизни субъекта.

**СРЕДА** – это обстановка, комплекс неких внешних по отношению к человеку условий, которая характеризуется устойчивостью и длительностью воздействия, а также относительной стабильностью, среда всегда объективна.

**СТИХИЙНОЕ БЕДСТВИЕ** - это опасные природные процессы или явления, не поддающиеся влиянию человека, являющиеся результатом действия сил природы. Это катастрофические ситуации, возникающие, как правило, внезапно, приводящие к нарушению

повседневного уклада жизни значительных групп людей, часто сопровождающиеся человеческими жертвами и уничтожением материальных ценностей.

**СТРЕСС** – это не просто напряжение (хотя нервное напряжение тоже является стрессом), это неспецифический ответ нашего организма на любое изменение условий, требующее приспособления. **Стресс** понимается как уровень функционирования организма человека, свидетельствующий о напряжении витальных потребностей, удовлетворяемых регулярно, без длительных отсрочек.

**СТРУКТУРНАЯ ИЗБЫТОЧНОСТЬ** - как психологический механизм надежности - отношение фактически существующей структуры системы к минимальной, которая позволяет системе выполнить необходимую функцию в предположении, что элементы структуры вполне надежны.

**СУБЪЕКТИВНО-ОРИЕНТИРОВАННЫЙ СТИЛЬ РЕАГИРОВАНИЯ** (emotion-focused) является следствием эмоционального реагирования на ситуацию, не сопровождающегося конкретными действиями, и проявляется в виде попыток не думать о проблеме вообще, вовлечения других в свои переживания, желания забыться во сне, растворить свои невзгоды в алкоголе, наркотиках или компенсировать отрицательные эмоции едой. Копинг, нацеленный на эмоции, определяется как когнитивные, эмоциональные и поведенческие усилия, с помощью которых личность пытается редуцировать эмоциональное напряжение.

**ТРУДНАЯ ЖИЗНЕННАЯ СИТУАЦИЯ** мы будем называть такую ситуацию, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности (поведения), выработанных в предыдущие периоды жизни.

**ФРУСТРАЦИЯ** – критическая ситуация, выражаемая в неудовлетворении предметно направленной потребности (мотива) в результате столкновения с определенным барьером, где трудность реализации мотива деятельности субъективно воспринимается непреодолимой, то есть переходит в ситуацию невозможности.

**ФРУСТРАЦИОННАЯ РЕГРЕССИЯ** -. возврат к предыдущим формам развития мысли, отношений, структуры поведения.

**ФАЗА ШОКА И ОЦЕПЕНЕНИЯ** Начальный, острый период следует сразу после мощного воздействия чрезвычайного события. Как правило, он краток по времени. У человека автоматически «включаются» витальные инстинкты самосохранения.

**ФАЗА ЭЙФОРИИ.** Этот период продолжается от несколько минут до нескольких часов. У пострадавших, которые не получили тяжелых физических травм, наблюдается кратковременное облегчение, некий «подъем настроения». Они активно участвуют в спасательных работах,

многоречивы (многократно повторяют рассказ о своих переживаниях, высказывают отношение к случившемуся); порой отмечается даже некоторая бравада и показное равнодушие к опасности. Постепенно эйфория сменяется вялостью, безразличием, заторможенностью.

#### ФАЗА РЕАКЦИИ, ИЛИ ОСОЗНАНИЯ НОВОЙ ПСИХОТРАВМИРУЮЩЕЙ РЕАЛЬНОСТИ

Наиболее драматичный период, когда развивается острая реакция на катастрофическую ситуацию.

**ЧРЕЗВЫЧАЙНАЯ СИТУАЦИЯ** – это обстановка на определённой территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь или повлекли за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей природной среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей.

**ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ СИТУАЦИЯ** – это система объективных и субъективных элементов, возникающая в природе или в процессе деятельности человека, при которой психофизиологические параметры могут превысить пределы компенсации организма, что создает угрозу выживанию человека.

**ЭКСТРЕННАЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ** – это система краткосрочных мероприятий, направленная на оказание помощи одному человеку, группе людей или большому числу пострадавших с целью регуляции психологического, психофизиологического состояния и негативных эмоциональных переживаний, связанных с кризисным или чрезвычайным событием, при помощи профессиональных методов, которые соответствуют требованиям ситуации.

**ЭМОЦИОНАЛЬНОЕ ВЫГОРАНИЕ** - динамический процесс и возникает поэтапно, в полном соответствии с механизмом развития стресса, при эмоциональном выгорании налицо все три фазы стресса: нервное (тревожное) напряжение; резистенция, то есть сопротивление; истощение - оскудение психических ресурсов. Соответственно каждому этапу, возникают отдельные признаки, или симптомы, нарастающего эмоционального выгорания.

**ЭКЗИСТЕНЦИАЛИЗМ** - (философия существования) – направление в иррационалистической философии, возникшее в начале XX века. Различают три формы экзистенциализма: экзистенциальная онтология Хайдеггера с основным вопросом о смысле бытия; экзистенциальное озарение Ясперса, которое отклоняет вопрос о смысле бытия как неразрешимый и сосредоточивает свое внимание на выяснении способа бытия человеческой экзистенции и ее отношении к (божественной) трансценденции; экзистенциализм Сартра, который впервые ввел это название как термин, выражая в нем самостоятельную субъективистскую метафизику. Исходным пунктом экзистенциализма является философия Кьеркегора, которая освобождает человека от всякой целостности (человеческих организаций, мира идей и понятий), обуславливающей его жизнь и тяготеющей над ним. В центре экзистенциализма стоит человек реалистичный и враждебный какой-либо идеологии, у

которого хватает собственных сил на то, чтобы существовать и преследовать единственную цель – внешне и внутренне справиться с бременем своей судьбы. Философия экзистенциализма лежит в основе многих методов философско-гуманистического направления психотерапии.

**ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ АНАЛИЗ** - направление современного психоанализа, основанное на комбинации положений Фрейда и Хайдеггера и исследующее личность во всей полноте и уникальности ее существования – экзистенции. Как психотерапевтический метод экзистенциальный анализ призван помочь пациенту осознать себя свободным человеком, способным к самоопределению. Одной из целей экзистенциального анализа является излечение людей посредством преодоления запретов, предвзятых мнений и субъективных интерпретаций, заслоняющих бытие.

**ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНЫЙ КОНФЛИКТ** – конфликт, обусловленный столкновением пациента с такими кардинальными вопросами существования, как смерть, свобода, изоляция и смысл жизни.

**ЭКЗИСТЕНЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ** – направление в современной западной психологии, одна из ветвей гуманистической психологии. Исходит из первичности бытия человека в мире, столкновение с которым порождает у каждого человека базовые экзистенциальные проблемы, стресс и тревогу. Зрелой личности удастся успешно совладать с ними; неспособность сделать это приводит к психическим нарушениям. Выделяют четыре основных узла экзистенциальных проблем, пути решения которых изучает экзистенциальная психология: 1) проблемы времени, жизни и смерти; 2) проблемы свободы, ответственности и выбора; 3) проблемы общения любви и одиночества; 4) проблемы смысла и бессмысленности существования.

**ЭМПАТИЯ** – понимание эмоционального состояния другого человека посредством сопереживания, проникновения в его субъективный мир.

**ЭТИКА ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ** - реализация психологом в своей деятельности специфических нравственных требований, норм поведения – как во взаимоотношениях с коллегами, научным сообществом, так и с испытуемыми, респондентами, лицами, обращающимися за психологической помощью. В первую очередь это - универсальные этические принципы и нормы, значимые для всех категорий ученых: 1) научная честность и корректность при сборе экспериментальных данных; 2) отказ от присвоения чужих идей и результатов исследований; 3) отказ от поспешных выводов на основе непроверенных данных; 4) отстаивание своих научных взглядов в любой научной среде, в полемике с любыми авторитетами, и пр.

Сверх того: 5) ученый-психолог при проведении исследований не должен использовать методы, технику, процедуры, ущемляющие достоинство испытуемых или их интересы; 6) ему следует строго соблюдать гарантии конфиденциальности – неразглашения сообщенных сведений; 7) ему следует информировать испытуемых о целях проводимого исследования.

**РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины****6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины**

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6
<b>Основная литература</b>							
1	Осипова, А. А. Общая психокоррекция: учебное пособие / А. А. Осипова. - М.: ТЦ Сфера, 2010. - 512 с.	+	+	+	+	+	+
2	Рогов, Е. И. Настольная книга практического психолога в 2 ч. Часть 2. Работа психолога со взрослыми. Коррекционные приемы и упражнения: практическое пособие / Е. И. Рогов. – 4-е изд., перераб. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 507 с. – (Профессиональная практика). – ISBN 978-5-534-08602-7. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/431965">https://biblio-online.ru/bcode/431965</a>	+	+	+	+	+	+
3	Шапошникова, Т. Е. Основы психоконсультирования и психокоррекции : учебник и практикум для вузов / Т. Е. Шапошникова, В. А. Шапошников. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 147 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09449-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="http://biblio-online.ru/bcode/452914">http://biblio-online.ru/bcode/452914</a>	+	+	+	+	+	+
<b>Дополнительная литература</b>							
1	Болотова, А. К. Настольная книга практикующего психолога: практическое пособие / А. К. Болотова. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва: Издательство Юрайт, 2019. – 341 с. – (Профессиональная практика). – ISBN 978-5-534-08734-5. – Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. – URL: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/434074">https://biblio-online.ru/bcode/434074</a> (дата обращения: 29.08.2019).		+	+	+	+	+
2	Линде Н.Д. Психологическое консультирование [Электронный ресурс]: учебное пособие / Н.Д. Линде. – М.: Аспект Пресс, 2015. – 272 с. – Режим доступа: <a href="https://ibooks.ru/reading.php?productid=338528">https://ibooks.ru/reading.php?productid=338528</a>		+	+	+	+	+
3	Мандель, Б.Р. Общая психокоррекция: учебное пособие / Б. Р. Мандель. - М.: Вузовский учебник: ИНФРА-М, 2013. - 349 с.	+		+		+	+

**6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины**

1. Практический психолог [Электронный ресурс]. - Режим доступа: <http://www.practic.childpsy.ru>.

2. Психология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychologiya.com.ua>

**6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины**

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение: MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint.

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

East View [Электронный ресурс]: information services. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://dlib.eastview.com/browse/udb/12> . – Загл. с экрана.

Ibooks.ru [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://ibooks.ru> – Загл. с экрана.

Гарант [Электронный ресурс]: информационно-правовое обеспечение. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <http://cloud.garant.ru/#/startpage:0> . – Загл. с экрана.

Электронная библиотека СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=456](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=456) – Загл. с экрана.

Электронный каталог библиотеки СПбГИПСР [Электронный ресурс]. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: [http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com\\_irbis&view=irbis&Itemid=435](http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=435) . - Загл. с экрана.

ЮРАЙТ [Электронный ресурс]: электронно-библиотечная система. – Электрон. текстовые дан. – Режим доступа: <https://biblio-online.ru/> – Загл. с экрана.

Заведующая библиотекой

\_\_\_\_\_ Г.Л. Горохова  
(подпись, расшифровка)