

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: ЧУМАЧЕНКО ТАТЬЯНА АЛЕКСАНДРОВНА
Должность: РЕКТОР
Дата подписания: 07.07.2022 11:46:43
Уникальный программный ключ:
9c9f7aaffa4840d284abe156657b8f85432bdb16



МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«ЮЖНО-УРАЛЬСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ГУМАНИТАРНО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
(ФГБОУ ВО «ЮУрГГПУ»)

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

Шифр	Наименование дисциплины (модуля)
Б1.В.01.ДВ.01	Психология трудных жизненных ситуаций

Код направления подготовки	39.03.02
Направление подготовки	Социальная работа
Наименование (я) ОПОП (направленность / профиль)	Социальная защита и обслуживание семей и детей
Уровень образования	бакалавр
Форма обучения	очная

Разработчики:

Должность	Учёная степень, звание	Подпись	ФИО
Доцент	кандидат психологических наук		Сиврикова Надежда Валерьевна

Рабочая программа рассмотрена и одобрена (обновлена) на заседании кафедры (структурного подразделения)

Кафедра	Заведующий кафедрой	Номер протокола	Дата протокола	Подпись
Кафедра социальной работы, педагогики и психологии	Соколова Надежда Анатольевна	10	13.06.2019	
Кафедра социальной работы, педагогики и психологии	Соколова Надежда Анатольевна	1	09.09.2020	

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка	3
2. Трудоемкость дисциплины (модуля) и видов занятий по дисциплине (модулю)	5
3. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий	6
4. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины	11
5. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)	12
6. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины	15
7. Перечень образовательных технологий	16
8. Описание материально-технической базы	17

1. ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Дисциплина «Психология трудных жизненных ситуаций» относится к модулю части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины/модули» основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 39.03.02 «Социальная работа» (уровень образования бакалавр). Дисциплина является дисциплиной по выбору.

1.2 Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з.е., 108 час.

1.3 Изучение дисциплины «Психология трудных жизненных ситуаций» основано на знаниях, умениях и навыках, полученных при изучении обучающимися следующих дисциплин: «Введение в профессию "Социальная работа"», «Модуль 4. "Социальная защита и обслуживание семей и детей», «Теория социальной работы».

1.4 Дисциплина «Психология трудных жизненных ситуаций» формирует знания, умения и компетенции, необходимые для освоения следующих дисциплин: «Зарубежный опыт социальной защиты и обслуживания семей и детей», «Модуль 2. "Технологический"», «Социальная поддержка детей, перенесших ситуацию насилия», «Социальная работа с детьми-сиротами и детьми, оставшимися без попечения родителей», «Социальная работа с лицами девиантного поведения», «Социальная работа с семьями, воспитывающими детей-инвалидов и детей с ОВЗ», «Технологии социальной работы».

1.5 Цель изучения дисциплины:

сформировать готовность к планированию деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации

1.6 Задачи дисциплины:

1) Сформировать представления о теоретических основаниях предоставления социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи граждан, оказавшихся в трудной жизненной ситуации

2) Сформировать умение составлять план деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, определять объем виды и формы социального обслуживания и мер социальной поддержки, в которых нуждается гражданин для преодоления трудной жизненной ситуации либо предупреждения ее возникновения

3) Сформировать навыки планирования деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации

1.7 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы:

№ п/п	Код и наименование компетенции по ФГОС
Код и наименование индикатора достижения компетенции	
1	ПК-2 способен к планированию деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, а так же профилактике обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании
	ПК.2.1 Знает нормативные и теоретические основания, виды, формы и способы планирования деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи граждан, а также профилактики обстоятельств, обуславливающих их нуждаемость в социальном обслуживании
	ПК.2.2 Умеет составлять план деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, определять объем виды и формы социального обслуживания и мер социальной поддержки, в которых нуждается гражданин для преодоления трудной жизненной ситуации либо предупреждения ее возникновения; составлять план профилактики обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании; выбирать технологии, формы и методы работы при предоставлении социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, а также в процессе профилактики обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании
	ПК.2.3 Владеет навыками планирования деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, а также профилактики обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании

№ п/п	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Образовательные результаты по дисциплине
-------	--	--

1	<p>ПК.2.1 Знает нормативные и теоретические основания, виды, формы и способы планирования деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи граждан, а также профилактики обстоятельств, обуславливающих их нуждаемость в социальном обслуживании</p>	<p>3.1 теоретические основания предоставления социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи граждан, оказавшихся в трудной жизненной ситуации</p>
2	<p>ПК.2.2 Умеет составлять план деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, определять объем виды и формы социального обслуживания и мер социальной поддержки, в которых нуждается гражданин для преодоления трудной жизненной ситуации либо предупреждения ее возникновения; составлять план профилактики обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании; выбирать технологии, формы и методы работы при предоставлении социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, а также в процессе профилактики обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании</p>	<p>У.1 умение составлять план деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, определять объем виды и формы социального обслуживания и мер социальной поддержки, в которых нуждается гражданин для преодоления трудной жизненной ситуации либо предупреждения ее возникновения</p>
3	<p>ПК.2.3 Владеет навыками планирования деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи, а также профилактике обстоятельств, обуславливающих нуждаемость в социальном обслуживании</p>	<p>В.1 владеть навыками планирования деятельности по предоставлению социальных услуг, социального сопровождения, мер социальной поддержки и государственной социальной помощи людям, оказавшимся в трудной жизненной ситуации</p>

2. ТРУДОЕМКОСТЬ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) И ВИДОВ ЗАНЯТИЙ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Наименование раздела дисциплины (темы)	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Итого часов
	Л	ПЗ	СРС	
Итого по дисциплине	18	30	60	108
Первый период контроля				
<i>Трудная жизненная ситуация как предмет изучения</i>	<i>10</i>	<i>18</i>	<i>36</i>	<i>64</i>
Ситуационный подход в психологии	2	4	8	14
Стресс	2	4	8	14
Фрустрация	2	2	4	8
Конфликт	2	4	8	14
Кризис	2	4	8	14
<i>Стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях</i>	<i>8</i>	<i>12</i>	<i>24</i>	<i>44</i>
Подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях	2	4	8	14
Стратегии совладания	2	2	8	12
Психологическая защита личности в трудных жизненных ситуациях	2	4	4	10
Стратегии разрешения конфликтов	2	2	4	8
Итого по видам учебной работы	18	30	60	108
<i>Форма промежуточной аттестации</i>				
Зачет				
Итого за Первый период контроля				108

**3. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ
(РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА
АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

3.1 Лекции

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Трудная жизненная ситуация как предмет изучения	10
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-2: 3.1 (ПК.2.1), У.1 (ПК.2.2)	
1.1. Ситуационный подход в психологии План лекции Структура психологии трудных жизненных ситуаций Место психологии трудных жизненных ситуаций в психосоциальной работе Ситуация, как предмет исследования в психологических науках Классификация ситуаций Основы анализа критической жизненной ситуации Учебно-методическая литература: 1, 2, 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
1.2. Стресс План лекции Понятие стресса Сущность стрессовой ситуации Фазы стресса Виды стресса Типы отношения к себе при стрессе Последствия стресса Посттравматическое стрессовое расстройство Учебно-методическая литература: 2 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
1.3. Фрустрация План лекции Признаки фрустрации Типы фрустрирующих ситуаций Виды фрустрационного поведения Сущность ситуации фрустрации Учебно-методическая литература: 1, 3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
1.4. Конфликт План лекции Понятие и виды конфликтов Внутриличностный конфликт: понятие, пути преодоления Этапы развития межличностного конфликта и пути предупреждения его отрицательных последствий Техники и технологии урегулирования конфликтов Учебно-методическая литература: 3, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
1.5. Кризис План лекции Теория кризисов Кризис как трудная жизненная ситуация Виды кризисов Стадии и жизненный цикл кризиса Пути выхода из кризиса Учебно-методическая литература: 3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
2. Стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях	8
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-2: В.1 (ПК.2.3), 3.1 (ПК.2.1)	

2.1. Подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях План лекции Зарубежные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях Отечественные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
2.2. Стратегии совладания План лекции Активность, направленность и контактность, как основания для классификации стратегий совладания Стратегии активного преобразования среды Стратегии активного преобразования себя Стратегии активного поиска новой среды Стратегии погружения в себя Пассивное выжидание изменений Учебно-методическая литература: 2, 4 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
2.3. Психологическая защита личности в трудных жизненных ситуациях План лекции Понятие психологической защиты личности Объект и предмет психологической защиты личности Механизмы психологической защиты личности Учебно-методическая литература: 1	2
2.4. Стратегии разрешения конфликтов План лекции Соперничество Компромисс Избегание Сотрудничество Эффективность стратегий разрешения конфликта Учебно-методическая литература: 2	2

3.2 Практические

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема и содержание	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Трудная жизненная ситуация как предмет изучения	18
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-2: 3.1 (ПК.2.1), У.1 (ПК.2.2)	
1.1. Ситуационный подход в психологии Вопросы для обсуждения Структура психологии трудных жизненных ситуаций Место психологии трудных жизненных ситуаций в психосоциальной работе Ситуация, как предмет исследования в психологических науках Классификация ситуаций Основы анализа критической жизненной ситуации Учебно-методическая литература: 3	4
1.2. Стресс Вопросы для обсуждения Понятие стресса Сущность стрессовой ситуации Фазы стресса Виды стресса Типы отношения к себе при стрессе Последствия стресса Посттравматическое стрессовое расстройство Учебно-методическая литература: 3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4

<p>1.3. Фрустрация</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <p>Фрустрирующие ситуации и их классификации</p> <p>Влияние фрустрации на деятельность человека</p> <p>Подходы к коррекции и профилактики фрустрационного поведения</p> <p>Психологическая поддержка человека в ситуации фрустрации</p> <p>Учебно-методическая литература: 1</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	2
<p>1.4. Конфликт</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <p>Понятие и виды конфликтов</p> <p>Внутриличностный конфликт: понятие, пути преодоления</p> <p>Этапы развития межличностного конфликта и пути предупреждения его отрицательных последствий</p> <p>Техники и технологии урегулирования конфликтов</p> <p>Учебно-методическая литература: 2</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>1.5. Кризис</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <p>Теория кризисов</p> <p>Кризис как трудная жизненная ситуация</p> <p>Виды кризисов</p> <p>Стадии и жизненный цикл кризиса</p> <p>Пути выхода из кризиса</p> <p>Учебно-методическая литература: 3</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2. Стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях</p>	12
<p>Формируемые компетенции, образовательные результаты:</p> <p>ПК-2: В.1 (ПК.2.3), 3.1 (ПК.2.1)</p>	
<p>2.1. Подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <p>Зарубежные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях</p> <p>Отечественные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях</p> <p>Учебно-методическая литература: 2</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.2. Стратегии совладания</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <p>Активность, направленность и контактность, как основания для классификации стратегий совладания</p> <p>Стратегии активного преобразования среды</p> <p>Стратегии активного преобразования себя</p> <p>Стратегии активного поиска новой среды</p> <p>Стратегии погружения в себя</p> <p>Пассивное выжидание изменений</p> <p>Учебно-методическая литература: 3</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	2
<p>2.3. Психологическая защита личности в трудных жизненных ситуациях</p> <p>Вопросы для обсуждения</p> <p>Понятие психологической защиты личности</p> <p>Объект и предмет психологической защиты личности</p> <p>Механизмы психологической защиты личности</p> <p>Учебно-методическая литература: 3</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4

2.4. Стратегии разрешения конфликтов Вопросы для обсуждения Соперничество Компромисс Избегание Сотрудничество Эффективность стратегий разрешения конфликта Учебно-методическая литература: 2 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	2
--	---

3.3 СРС

Наименование раздела дисциплины (модуля)/ Тема для самостоятельного изучения	Трудоемкость (кол-во часов)
1. Трудная жизненная ситуация как предмет изучения	36
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-2: 3.1 (ПК.2.1), У.1 (ПК.2.2)	
1.1. Ситуационный подход в психологии Задание для самостоятельного выполнения студентом: Структура психологии трудных жизненных ситуаций. Место психологии трудных жизненных ситуаций в психосоциальной работе. Ситуация, как предмет исследования в психологических науках. Классификация ситуаций. Основы анализа критической жизненной ситуации Учебно-методическая литература: 2 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
1.2. Стресс Задание для самостоятельного выполнения студентом: Понятие стресса. Сущность стрессовой ситуации. Фазы стресса. Виды стресса. Типы отношения к себе при стрессе. Последствия стресса. Посттравматическое стрессовое расстройство Учебно-методическая литература: 2 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
1.3. Фрустрация Задание для самостоятельного выполнения студентом: Фрустрирующие ситуации и их классификации. Влияние фрустрации на деятельность человека. Подходы к коррекции и профилактики фрустрационного поведения. Психологическая поддержка человека в ситуации фрустрации Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	4
1.4. Конфликт Задание для самостоятельного выполнения студентом: Понятие и виды конфликтов. Внутриличностный конфликт: понятие, пути преодоления. Этапы развития межличностного конфликта и пути предупреждения его отрицательных последствий. Техники и технологии урегулирования конфликтов Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
1.5. Кризис Задание для самостоятельного выполнения студентом: Кризис как трудная жизненная ситуация. Виды кризисов: психологический, биографический, экономический. Типология психологических кризисов. Стадии и жизненный цикл кризиса. Пути выхода из кризиса Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8
2. Стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях	24
Формируемые компетенции, образовательные результаты: ПК-2: В.1 (ПК.2.3), 3.1 (ПК.2.1)	
2.1. Подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях Задание для самостоятельного выполнения студентом: Зарубежные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях. Отечественные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1	8

<p>2.2. Стратегии совладания</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>Активность, направленность и контактность, как основания для классификации стратегий совладания. Стратегии активного преобразования среды. Стратегии активного преобразования себя. Стратегии активного поиска новой среды. Стратегии погружения в себя. Пассивное выжидание изменений</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	8
<p>2.3. Психологическая защита личности в трудных жизненных ситуациях</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>Психоаналитическая концепция психологической защиты личности. Развитие идей психологической защиты личности в гештальтпсихологии и гуманистической психологии. Объект и предмет психологической защиты личности. Механизмы психологической защиты личности. Адаптивность и дезадаптивность психоогической защиты личности.</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4
<p>2.4. Стратегии разрешения конфликтов</p> <p>Задание для самостоятельного выполнения студентом:</p> <p>Соперничество, Компромисс, Избегание, Сотрудничество в разрешении семейных, школьных, профессиональных конфликтов. Эффективность стратегий разрешения конфликта</p> <p>Профессиональные базы данных и информационные справочные системы: 1</p>	4

4. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Учебно-методическая литература

№ п/п	Библиографическое описание (автор, заглавие, вид издания, место, издательство, год издания, количество страниц)	Ссылка на источник в ЭБС
Основная литература		
1	Гуревич П.С. Психология чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов вузов/ Гуревич П.С.— Электрон. текстовые данные.— Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2017.— 494 с	http://www.iprbookshop.ru/81837.html
2	Психология экстремальных ситуаций [Электронный ресурс]: учебное пособие (практикум)/ — Электрон. текстовые данные.— Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2018.— 144 с.	http://www.iprbookshop.ru/92739.html .
3	Содержание и методика педагогической деятельности в социальной работе (социальная педагогика) [Электронный ресурс]: учебное пособие для студентов педагогических вузов/ Н.А. Соколова [и др.].— Электрон. текстовые данные.— Челябинск: Челябинский государственный педагогический университет, 2014.— 350 с.	http://www.iprbookshop.ru/31919.html
Дополнительная литература		
4	Черникова И.В. Психосоциальная работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях [Электронный ресурс]: практикум/ Черникова И.В.— Электрон. текстовые данные.— Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2015.— 140 с.	http://www.iprbookshop.ru/62999.html .

4.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы, используемые при осуществлении образовательного процесса по дисциплине

№ п/п	Наименование базы данных	Ссылка на ресурс
1	База данных Научной электронной библиотеки eLIBRARY.RU	https://elibrary.ru/defaultx.asp

5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

5.1. Описание показателей и критериев оценивания компетенций

Код компетенции по ФГОС			
Код образовательного результата дисциплины	Текущий контроль		Промежуточная аттестация
	Кейс-задачи	Тест	Зачет/Экзамен
ПК-2			
3.1 (ПК.2.1)	+	+	+
У.1 (ПК.2.2)	+		+
В.1 (ПК.2.3)	+		+

5.2. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций.

5.2.1. Текущий контроль.

Типовые задания к разделу "Трудная жизненная ситуация как предмет изучения":

1. Кейс-задачи

Кейс-задание 1.

Молодая вдова пришла на консультацию по настоянию друзей, которые твердили, что смешно, как она уже три года оплакивает своего умершего мужа, вместо того чтобы встречаться с людьми и, может быть, найти нового мужа и отца для ее маленьких детей. Психолог сказал, что да, нужно ей оставаться дома и оплакивать умершего мужа, сказав, что такая любовь редка в наши дни, когда куда-то спешат, не испытывают глубоких чувств и быстро забывают старую любовь. В процессе беседы он стал восхищаться ее верностью. Когда она добавила, что по меньшей мере раз в неделю посещает могилу мужа, то видимо ждала, что консультант ответит, что это слишком часто. Однако он попросил ее подумать, не мало ли это, не «ускользает» ли ее привязанность к нему.

Задание:

1. Назовите тип трудной жизненной ситуации в которую попала женщина и тип стратегии поведения, который она использует для ее преодоления.
2. Составьте план социальной поддержки человека в данной ситуации.

Количество баллов: 5

2. Тест

1. Критическая жизненная ситуация характеризуется...
 - a) состоянием невозможности
 - b) состоянием неопределенности
 - c) проблемой выбора
 - d) проблемой одиночества
2. Кто ввел определение психологического стресса как реакции, опосредованной оценкой угрозы и защитными процессами?
 - a) Ю.С. Савенко
 - b) Р. Лазарус
 - c) Г. Селье
 - d) П. Фресс
3. Какой термин вводит Р. Лазарус, решая проблему ограничения понятия «стресс»?
 - a) психологический стресс
 - b) паталогический стресс
 - c) дистресс
 - d) высокостереотипизированные реакции
4. Что Дж. Эверилл считает сущностью стрессовой ситуации?
 - a) шоковое состояние
 - b) утрату контроля
 - c) защитные механизмы
 - d) оценку угрозы
5. Неспецифический ответ организма на любое предъявленное ему требование – это...
 - a) фрустрация
 - b) стресс
 - c) конфликт
 - d) кризис

Количество баллов: 5

Типовые задания к разделу "Стратегии поведения в трудных жизненных ситуациях":

1. Кейс-задачи

Коле нельзя бегать, ему, вообще, много чего нельзя... Он смотрит в окно за играющими в хоккей мальчишками. Как бы ему хотелось быть с ними рядом и так же, с громким криком, бросать шайбу прямо в ворота... Скоро опять процедуры, которые затянутся надолго. Когда он сможет подойти к окну, мальчишек там уже не будет. «Вот бы познакомиться с кем-то из них» - думал Коля. Но он и сам знал, что, скорее всего, это не возможно. Кто же захочет дружить с инвалидом.

Вопросы и задания:

В какой трудной жизненной ситуации оказался Коля? Какие стратегии поведения он использует?

Количество баллов: 5

5.2.2. Промежуточная аттестация

Промежуточная аттестация проводится в соответствии с Положением о текущем контроле и промежуточной аттестации в ФГБОУ ВО «ЮУрГПУ».

Первый период контроля

1. Зачет

Вопросы к зачету:

1. Структура психологии трудных жизненных ситуаций
2. Место психологии трудных жизненных ситуаций в психосоциальной работе
3. Ситуация, как предмет исследования в психологических науках
4. Классификация ситуаций
5. Основы анализа критической жизненной ситуации
6. Понятие стресса
7. Сущность стрессовой ситуации
8. Фазы стресса
9. Виды стресса
10. Типы отношения к себе при стрессе
11. Последствия стресса
12. Посттравматическое стрессовое расстройство
13. Признаки фрустрации
14. Типы фрустрирующих ситуаций

15. Виды фрустрационного поведения
16. Сущность ситуации фрустрации
17. Понятие и виды конфликтов
18. Внутриличностный конфликт: понятие, пути преодоления
19. Этапы развития межличностного конфликта и пути предупреждения его отрицательных последствий
20. Техники и технологии урегулирования конфликтов
21. Теория кризисов
22. Кризис как трудная жизненная ситуация
23. Виды кризисов
24. Стадии и жизненный цикл кризиса
25. Пути выхода из кризиса
26. Возрастные кризисы: причины, симптомы, пути разрешения
27. Зарубежные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях
28. Отечественные подходы к классификации стратегий поведения в трудных жизненных ситуациях
29. Понятие психологической защиты личности
30. Объект и предмет психологической защиты личности
31. Механизмы психологической защиты личности
32. Эффективность стратегий разрешения конфликта

5.3. Примерные критерии оценивания ответа студентов на экзамене (зачете):

Отметка	Критерии оценивания
"Отлично"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Хорошо"	<ul style="list-style-type: none"> - дается комплексная оценка предложенной ситуации - демонстрируются глубокие знания теоретического материала и умение их применять - последовательное, правильное выполнение всех заданий - возможны единичные ошибки, исправляемые самим студентом после замечания преподавателя - умение обоснованно излагать свои мысли, делать необходимые выводы
"Удовлетворительно" ("зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - затруднения с комплексной оценкой предложенной ситуации - неполное теоретическое обоснование, требующее наводящих вопросов преподавателя - выполнение заданий при подсказке преподавателя - затруднения в формулировке выводов
"Неудовлетворительно" ("не зачтено")	<ul style="list-style-type: none"> - неправильная оценка предложенной ситуации - отсутствие теоретического обоснования выполнения заданий

6. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Лекции

Лекция - одна из основных форм организации учебного процесса, представляющая собой устное, монологическое, систематическое, последовательное изложение преподавателем учебного материала с демонстрацией слайдов и фильмов. Работа обучающихся на лекции включает в себя: составление или слежение за планом чтения лекции, написание конспекта лекции, дополнение конспекта рекомендованной литературой.

Требования к конспекту лекций: краткость, схематичность, последовательная фиксация основных положений, выводов, формулировок, обобщений. В конспекте нужно помечать важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Последующая работа над материалом лекции предусматривает проверку терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. В конспекте нужно обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.

2. Практические

Практические (семинарские занятия) представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса и охватывают все основные разделы.

Основной формой проведения практических занятий и семинаров является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях.

При подготовке к практическому занятию необходимо, ознакомиться с его планом; изучить соответствующие конспекты лекций, главы учебников и методических пособий, разобрать примеры, ознакомиться с дополнительной литературой (справочниками, энциклопедиями, словарями). К наиболее важным и сложным вопросам темы рекомендуется составлять конспекты ответов. Следует готовить все вопросы соответствующего занятия: необходимо уметь давать определения основным понятиям, знать основные положения теории, правила и формулы, предложенные для запоминания к каждой теме.

В ходе практического занятия надо давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов, доводить каждую задачу до окончательного решения, демонстрировать понимание проведенных расчетов (анализов, ситуаций), в случае затруднений обращаться к преподавателю.

3. Зачет

Цель зачета – проверка и оценка уровня полученных студентом специальных знаний по учебной дисциплине и соответствующих им умений и навыков, а также умения логически мыслить, аргументировать избранную научную позицию, реагировать на дополнительные вопросы, ориентироваться в массиве информации.

Подготовка к зачету начинается с первого занятия по дисциплине, на котором обучающиеся получают предварительный перечень вопросов к зачёту и список рекомендуемой литературы, их ставят в известность относительно критериев выставления зачёта и специфике текущей и итоговой аттестации. С самого начала желательно планомерно осваивать материал, руководствуясь перечнем вопросов к зачету и списком рекомендуемой литературы, а также путём самостоятельного конспектирования материалов занятий и результатов самостоятельного изучения учебных вопросов.

По результатам сдачи зачета выставляется оценка «зачтено» или «не зачтено».

4. Тест

Тест это система стандартизированных вопросов (заданий), позволяющих автоматизировать процедуру измерения уровня знаний и умений обучающихся. Тесты могут быть аудиторными и внеаудиторными. Преподаватель доводит до сведения студентов информацию о проведении теста, его форме, а также о разделе (теме) дисциплины, выносимой на тестирование.

При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо:

- проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы;
- выяснить все условия тестирования заранее. Необходимо знать, сколько тестов вам будет предложено, сколько времени отводится на тестирование, какова система оценки результатов и т.д.
- работая с тестами, внимательно и до конца прочесть вопрос и предлагаемые варианты ответов; выбрать правильные (их может быть несколько); на отдельном листке ответов выписать цифру вопроса и буквы, соответствующие правильным ответам. В случае компьютерного тестирования указать ответ в соответствующем поле (полях);
- в процессе решения желательно применять несколько подходов в решении задания. Это позволяет максимально гибко оперировать методами решения, находя каждый раз оптимальный вариант.
- решить в первую очередь задания, не вызывающие трудностей, к трудному вопросу вернуться в конце.
- оставить время для проверки ответов, чтобы избежать механических ошибок.

5. Кейс-задачи

Кейс – это описание конкретной ситуации, отражающей какую-либо практическую проблему, анализ и поиск решения которой позволяет развивать у обучающихся самостоятельность мышления, способность выслушивать и учитывать альтернативную точку зрения, а также аргументировано отстаивать собственную позицию.

Рекомендации по работе с кейсом:

1. Сначала необходимо прочитать всю имеющуюся информацию, чтобы составить целостное представление о ситуации; не следует сразу анализировать эту информацию, желательно лишь выделить в ней данные, показавшиеся важными.
2. Требуется охарактеризовать ситуацию, определить ее сущность и отметить второстепенные элементы, а также сформулировать основную проблему и проблемы, ей подчиненные. Важно оценить все факты, касающиеся основной проблемы (не все факты, изложенные в ситуации, могут быть прямо связаны с ней), и попытаться установить взаимосвязь между приведенными данными.
3. Следует сформулировать критерий для проверки правильности предложенного решения, попытаться найти альтернативные способы решения, если такие существуют, и определить вариант, наиболее удовлетворяющий выбранному критерию.
4. В заключении необходимо разработать перечень практических мероприятий по реализации предложенного решения.
5. Для презентации решения кейса необходимо визуализировать решение (в виде электронной презентации, изображения на доске и пр.), а также оформить письменный отчет по кейсу.

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ ТЕХНОЛОГИЙ

1. Развивающее обучение

8. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ

1. компьютерный класс – аудитория для самостоятельной работы
2. учебная аудитория для лекционных занятий
3. учебная аудитория для семинарских, практических занятий
4. Лицензионное программное обеспечение:
 - Операционная система Windows 10
 - Microsoft Office Professional Plus
 - Антивирусное программное обеспечение Kaspersky Endpoint Security для бизнеса - Стандартный Russian Edition
 - Справочная правовая система Консультант плюс
 - 7-zip
 - Adobe Acrobat Reader DC