

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Мордовский государственный педагогический университет
имени М. Е. Евсевьева»

«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор МГПУ

_____ М. В. Антонова

« ____ » _____ 2024 г.

УЧЕБНЫЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации
**«Психолого-педагогическая помощь
при эмоциональных проблемах личности»**

Цель: расширение знаний и умений в области психологии эмоций и эмоциональных нарушений.

Категория слушателей: обучающиеся психологических, психолого-педагогических и педагогических направлений и профилей подготовки, практические психологи и другие категории граждан.

Срок обучения: 72 ч.

Нормативный срок освоения программы – 2 недели.

Форма обучения: дистанционная.

№ п/п	Наименование разделов	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекции	СРС	
1.	Психология эмоций и чувств	12	6	6	тестирование
2.	Психология эмоциональных нарушений личности	12	6	6	тестирование
3.	Агрессивность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь	12	6	6	тестирование
4.	Буллинг: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь	12	6	6	тестирование
5.	Тревожность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь	12	6	6	тестирование
6.	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, виды, причины, психологическая помощь	12	6	6	тестирование

	Итоговая аттестация	Итоговое тестирование Кейс-задачи			
	ИТОГО	72	36	36	

Руководитель программы _____ Н. Ф. Сухарева

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Мордовский государственный педагогический университет
имени М. Е. Евсевьева»

«УТВЕРЖДАЮ»

Ректор МГПУ

_____ М. В. Антонова

« ____ » _____ 2024 г.

УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКИЙ ПЛАН
дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации
**«Психолого-педагогическая помощь
при эмоциональных проблемах личности»**

Цель: расширение знаний и умений в области психологии эмоций и эмоциональных нарушений.

Категория слушателей: обучающиеся психологических, психолого-педагогических и педагогических направлений и профилей подготовки, практические психологи и другие категории граждан.

Срок обучения: 72 ч.

Нормативный срок освоения программы – 2 недели.

Форма обучения: дистанционная.

№ п/п	Наименование дисциплин	Всего часов	В том числе		Форма контроля
			лекции	СРС	
1.	Психология эмоций и чувств	12	6	6	тестирование
1.1	Понятие об эмоциях и чувствах. Функции эмоций и чувств	2	1	1	
1.2	Теории эмоций	2	1	1	
1.3	Виды и формы эмоций человека	4	2	2	
1.4	Эмоциональные свойства личности	4	2	2	
2.	Психология эмоциональных нарушений личности	12	6	6	тестирование

1.1	Понимание эмоциональных нарушений у детей и взрослых	2	1	1	
1.2	Виды эмоциональных нарушений	2	1	1	
1.3	Биологические и социальные предпосылки возникновения эмоциональных нарушений	4	2	2	
1.4	Диагностические критерии эмоциональных нарушений в детстве и у взрослых	4	2	2	
3.	Агрессивность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь	12	6	6	тестирование
1.1	Понятия агрессии, агрессивного поведения и агрессивности. Классификации видов агрессии.	2	1	1	
1.2	Основные теории агрессии. Причины формирования агрессивности	2	1	1	
1.3	Психологическая профилактика агрессивного поведения и агрессивности	4	2	2	
1.4	Психологическая коррекция агрессивного поведения и агрессивности	4	2	2	
4.	Буллинг: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь	12	6	6	тестирование
1.1	Понятие буллинга в психологии. Виды буллинга.	2	1	1	
1.2	Причины возникновения буллинга	2	1	1	
1.3	Содержание профилактической, консультативной, коррекционной помощи	4	2	2	
1.4	Рекомендации по снижению буллинга в образовательной среде	4	2	2	
5.	Тревожность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь	12	6	6	тестирование
1.1	Тревога и тревожность: понимание, природа, сравнительный аспект. Виды тревожности	2	1	1	
1.2	Причины тревожности в детском возрасте и у взрослых	2	1	1	
1.3	Содержание профилактической, консультативной и диагностической помощи при тревожности личности разного возраста	4	2	2	
1.4	Правила и рекомендации по снижению тревожности у детей и взрослых	4	2	2	
6.	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, виды, причины, психологическая помощь	12	6	6	тестирование
1.1	Теоретические основы посттравматического стресса	2	1	1	
1.2	Характеристика посттравматического стрессового расстройства	2	1	1	
1.3	Виды и патогенез посттравматического стрессового расстройства у детей и взрослых	4	2	2	

1.4	Психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве	4	2	2	
	Итоговая аттестация	Итоговое тестирование Кейс-задачи			
	ИТОГО	72	36	36	

Руководитель программы _____ Н. Ф. Сухарева

Министерство просвещения Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Мордовский государственный педагогический университет
имени М. Е. Евсевьева»

УТВЕРЖДЕНО

Председатель
учебно-методического Совета
факультета психологии и дефектологии

_____ М. А. Лаврентьева
« ____ » _____ 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебной работе

_____ С. М. Мумряева
« ____ » _____ 2024 г.

УЧЕБНАЯ ПРОГРАММА

дополнительной профессиональной программы
повышения квалификации
**«Психолого-педагогическая помощь
при эмоциональных проблемах личности»**

Цель: расширение знаний и умений в области психологии эмоций и эмоциональных нарушений.

Категория слушателей: обучающиеся психологических, психолого-педагогических и педагогических направлений и профилей подготовки, практические психологи и другие категории граждан.

Срок обучения: 72 ч.

Нормативный срок освоения программы – 2 недели.

Форма обучения: дистанционная.

Вид отчетности: тестирование и кейс-задания.

Составители учебной программы: А. Н. Яшкова, Н. Ф. Сухарева.

Программа обсуждена на заседании кафедры специальной и прикладной психологии, протокол № 1 от 29 августа 2024 г.

Секретарь _____ Н. Ф. Сухарева

ВВЕДЕНИЕ

Актуальность. Программа «Психолого-педагогическая помощь при эмоциональных проблемах личности» по своему содержанию относится к области психологических дисциплин и направлена на изучение эмоций и их нарушений у личности в разные периоды онтогенеза.

У современных детей и взрослых жизнь насыщена эмоциональными красками общения, взаимодействия, самореализации. Справиться с потоком разных переживаний не всегда удается. В детском возрасте это возникает из-за незрелости психологических механизмов защиты и самоконтроля, а у взрослых это может быть связано с низкой стрессоустойчивостью и слабой здоровьесберегающей жизнедеятельностью. Неотреагированные, застрявшие, нескорректированные отрицательные переживания могут стать эмоциональными нарушениями, требующими психолого-педагогического вмешательства.

Разработанная программа позволяет слушателям получить теоретическую и практическую подготовку в вопросах диагностики уровня развития эмоций в детстве и у взрослых, организации психолого-педагогической помощи при эмоциональных проблемах личности.

Целью программы является расширение знаний и умений в области психологии эмоций и эмоциональных нарушений.

Задачи программы:

- рассмотреть эмоции как психологическую категорию;
- изучить виды эмоциональных нарушений и их диагностические критерии;
- овладеть психолого-педагогическими видами помощи при эмоциональных нарушениях;
- сформировать умение составлять психолого-педагогические рекомендации при эмоциональных нарушениях личности.

В результате обучения по данной программе слушатель должен знать:

- характеристику эмоций и чувств, их разновидности;
- виды эмоциональных нарушений и их диагностические критерии;
- виды психолого-педагогической помощи при эмоциональных нарушениях;

уметь:

- устанавливать вид эмоционального нарушения;
- подбирать вид психолого-педагогической помощи при эмоциональных нарушениях;
- составлять психолого-педагогические рекомендации при эмоциональных нарушениях личности;

владеть:

- навыками критического мышления при диагностике эмоциональных нарушений;
- подбором методов оказания психолого-педагогической помощи при эмоциональных проблемах личности.

СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ

Модуль 1. Психология эмоций и чувств

Понятие об эмоциях и чувствах. Источники эмоций и чувств: отражаемая в сознании окружающая действительность, потребности и др. Физиологическая основа эмоций. Функции эмоций: коммуникативная, регулятивная, отражательно-оценочная, побудительная, активирующая, синтезирующая, защитная, смыслообразующая, подкрепляющая, приспособительная. Физиологические и экспрессивные компоненты эмоционального реагирования. Теории эмоций: Ч. Дарвин, У. Джемс и К. Ланге, У. Кеннон и Ф. Бард, П. К. Анохин, П. В. Симонов и др.

Виды эмоций и эмоциональных состояний: фундаментальные и производные, стенические и астенические, положительные, отрицательные и амбивалентные. Формы проявления эмоций: аффект, собственно эмоция, чувство, настроение, страсть, стресс. Высшие чувства: нравственные, интеллектуальные, эстетические. Эмоциональные свойства личности: эмоциональная возбудимость, сила эмоций, эмоциональная устойчивость, эмоциональная лабильность, тревожность. Социальная обусловленность эмоций и чувств.

Лекции – 6 часов, самостоятельная работа слушателя – 6 часов.

Модуль 2. Психология эмоциональных нарушений личности

Понимание эмоциональных нарушений у детей и взрослых. Виды эмоциональных нарушений по структуре, длительности и модальности. Первичные и вторичные эмоциональные нарушения. Биологические и социальные предпосылки возникновения эмоциональных нарушений. Диагностические критерии эмоциональных нарушений в детстве и у взрослых. Эмоциональные нарушения при различных заболеваниях.

Лекции – 6 часов, самостоятельная работа слушателя – 6 часов.

Модуль 3. Агрессивность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь

Понятия агрессии, агрессивного поведения и агрессивности в современной психологии. Классификации видов агрессии. Основные теории агрессии: инстинктивистские, фрустрационные, когнитивные, теории социального научения и др. Причины формирования агрессивности. Психологическая профилактика агрессивного поведения и агрессивности. Условия успешной профилактической работы: комплексность, последовательность, своевременность. Программы комплексной коррекции агрессивного поведения и агрессивности: Р. В. Овчаровой, Т. П. Смирновой, И. А. Фурманова, Д. И. Фельдштейна, Л. М. Семенюк и др. Основные формы коррекции агрессивного поведения: совместная терапия ребенка и родителей, индивидуальная работа с агрессивными детьми, коррекция агрессивного поведения в группе.

Лекции – 6 часов, самостоятельная работа слушателя – 6 часов.

Модуль 4. Буллинг: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь

Понятие буллинга как школьного насилия, издевательства и унижения в отношении ученика со стороны других учащихся или учителей. Причины буллинга в детском и подростковом возрасте. Виды буллинга. Содержание профилактической, консультативной, диагностической и коррекционной помощи на разных возрастных этапах. Рекомендации по снижению буллинга в образовательной среде.

Лекции – 6 часов, самостоятельная работа слушателя – 6 часов.

Модуль 5. Тревожность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь

Тревога и тревожность: понимание, природа, сравнительный аспект. Причины тревожности в детском возрасте и у взрослых. Виды тревожности. Признаки тревожности. Содержание профилактической, консультативной и диагностической помощи при тревожности личности разного возраста. Правила и рекомендации по снижению тревожности у детей и взрослых.

Лекции – 6 часов, самостоятельная работа слушателя – 6 часов.

Модуль 6. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, виды, причины, психологическая помощь

Теоретические основы посттравматического стресса: стресс и его особенности. Характеристика посттравматического стрессового расстройства. Виды и патогенез посттравматического стрессового расстройства у детей и взрослых. Психологическая помощь при посттравматическом стрессовом расстройстве.

Лекции – 6 часов, самостоятельная работа слушателя – 6 часов.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ДЛЯ ВЕДУЩИХ ЗАНЯТИЯ

В процессе реализации программы, которая разработана с использованием дистанционных методов, применяются кейс-технология, тестовая технология, интернет-технология. Подробнее охарактеризуем технологию проведения этих методов.

Важнейшими принципами организации дистанционного обучения по данной программе являются

1. Принцип индивидуализации. Работа ведется индивидуально с каждым слушателем, хотя и на расстоянии. Взаимодействие осуществляется на специальной электронной платформе, где преподаватели программы видят о действиях её участника, может их оценивать и направлять на нужную задачу.

2. *Принцип постоянной обратной связи*, т. е. непрерывное получение информации участником программы о результатах его действий в ходе освоения модуля.

3. *Принцип самодиагностики*, т. е. постоянное самооценивание своих компетенций по итогам освоения модуля и всей программы.

4. *Принцип добровольного участия*, который предполагает обучение по программы с согласия слушателей и полное сознательное его включение в содержание модулей.

5. *Принцип погружения*, позволяющий участнику непрерывно и последовательно в определенный промежуток времени изучать темы.

ВИДЫ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СЛУШАТЕЛЕЙ

Цель организации самостоятельной работы слушателей заключается в стимулировании познавательной активности обучаемых, развитии их интеллектуальных способностей и потребностей в саморазвитии и дальнейшей самореализации.

Модуль 1. Психология эмоций и чувств

- изучить рекомендованную литературу;
- составить словарь основных понятий и терминов по модулю;
- проанализировать теории эмоций, выделить их достоинства и недостатки;
- подготовить сравнительную таблицу различных видов эмоций и чувств;
- подготовиться к тестированию.

Модуль 2. Психология эмоциональных нарушений личности

- изучить рекомендованную литературу;
- подготовить сравнительную таблицу первичных и вторичных эмоциональных нарушений;
- соотнести биологические и социальные причины с природой эмоциональных нарушений;
- провести самодиагностику самочувствия, активности, настроения по методике «САН»;
- подготовиться к тестированию.

Модуль 3. Агрессивность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь

- изучить рекомендованную литературу;
- подготовить сравнительную таблицу видов агрессии и агрессивности;
- провести самодиагностику агрессивности по методике А. Басса, А. Дарки;

- разработать рекомендации родителям для профилактики агрессивности у детей дошкольного, младшего школьного и подросткового возраста;
- создать картотеку игр и упражнений, направленных на снижение агрессивности детей.
- подготовиться к тестированию.

Модуль 4. Буллинг: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь

- изучить рекомендованную литературу;
- составить сравнительную таблицу видов буллинга;
- описать психологические особенности участников буллинга;
- разработать рекомендации по предотвращению буллинга в школе;
- подготовиться к тестированию.

Модуль 5. Тревожность: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь

- изучить рекомендованную литературу;
- подготовить сравнительную таблицу видов тревожности;
- провести самодиагностику тревожности по методике Ч. Д. Спилбергера–Ю. Л. Ханина;
- подготовить рекомендации родителям для профилактики тревожности у детей школьного возраста;
- создать картотеку игр и упражнений, направленных на снижение тревожности детей;
- подготовиться к тестированию.

Модуль 6. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, виды, причины, психолого-педагогическая помощь

- изучить рекомендованную литературу;
- проанализировать причины возникновения посттравматического стрессового расстройства у детей и взрослых;
- сравнить признаки посттравматического стрессового расстройства у детей и взрослых;
- подготовить психолого-педагогические рекомендации для профилактики посттравматического стрессового расстройства у школьников;
- подготовиться к тестированию.

ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ПО ПРОГРАММЕ

Промежуточный контроль знаний по всем модулям проводится в форме тестирования.

Тест – это набор стандартизированных заданий по определенному материалу, устанавливающий степень усвоения его обучающимися. В контрольную аттестацию включаются разные виды тестовых заданий: выбор

правильного(ых) ответа(ов) из ряда предложенных; установление соответствия нескольких элементов, фактов, характеристик.

Главным критерием оценки теста является правильность ответа с учетом учебного материала. Оценка тестирования осуществляется по шкале, где за каждый верный ответ начисляется 2-3 балла. Слушатель, набравший 10-15 баллов, получает отметку «5», 7-9 баллов – «4», 4-6 балла – «3», 3 и ниже балла – отметку «2».

Итоговая аттестация предполагает итоговое тестирование и решение кейс-задач.

Тестирование включает разного типа тестовые задания по всем темам программы в онлайн режиме. Главным критерием оценки практической работы является правильность ответа с учетом учебного материала. Оценка тестирования осуществляется по шкале, где за каждый верный ответ начисляется 1 балл. Слушатель, набравший от 10 до 15 баллов по тестированию, получает отметку «5», 7-9 баллов – «4», 4-6 балла – «3», 3 и ниже балла – отметку «2».

Кейс-задачи представляют собой практическую ситуацию с вопросами, на которые необходимо письменно ответить. Оценка решения осуществляется по 5 балльной шкале. Слушатель, набравший 5 баллов по кейс-заданию, получает отметку «5», 4 балла – «4», 3 балла – «3», 2 и ниже – отметку «2».

Контрольно-измерительные материалы по модулю 1 «Психология эмоций и чувств»

1. Что такое эмоции?

- а) психическое отражение окружающей действительности;
- б) процесс интериоризации в онтогенезе;
- в) филогенетическая экстериоризация;
- г) нервная раздражимость.

2. Экспрессивным компонентом эмоционального реагирования являются:

- а) электроэнцефалографические изменения;
- б) изменения темпа и ритма дыхания;
- в) выразительные движения всего тела;
- г) усиление перистальтики и секреции желудка.

3. Какая функция эмоций заключается в предупреждении человека о реальной или мнимой опасности, способствуя тем самым лучшему продумыванию возникшей ситуации?

- а) побудительная;
- б) защитная;
- в) регулирующая;
- г) синтезирующая.

4. Первопричинами возникновения эмоциональных состояний являются изменения физиологического характера, происходящие в организме, согласно теории:

- а) В. Вундта;
- б) Ч. Дарвина;
- в) К. Изарда;
- г) У. Джеймса – К. Ланге.

5. Как называется эмоция, возникающая как защитная реакция организма при возникновении угрозы его благополучию или здоровью:

- а) страх;
- б) радость;
- в) ярость;
- г) отвращение.

**Контрольно-измерительные материалы
по модулю 2 «Психология эмоциональных нарушений личности»**

1. Какие нарушения относятся к эмоциональным?

- а) тревожность;
- б) агрессивность;
- в) неуверенность;
- г) лживость.

2. Верно ли, что эмоциональные нарушения у детей могут быть связаны с условиями воспитания в семье?

- а) верно;
- б) неверно.

3. Верно ли, что при поражении нервной системы у взрослых могут появляться эмоциональные проблемы?

- а) верно;
- б) неверно.

4. Верно ли, что устойчивость эмоциональных нарушений возникает в результате длительности патогенного фактора?

- а) верно;
- б) неверно.

5. Укажите негативные факторы эмоционального развития личности

- а) психотравмирующая ситуация;
- б) низкая стрессоустойчивость нервной системы;
- в) заболевания нервной системы;
- г) низкий интеллект.

**Контрольно-измерительные материалы
по модулю 3 «Агрессивность: понятие, виды, причины,
психолого-педагогическая помощь»**

1. Агрессивность – это:

а) враждебные действия, целью которых является нанесение страдания, ущерба другим;

б) свойство личности, выражающееся в готовности к агрессивным действиям в отношении другого человека;

- в) намеренное стремление причинить серьезный физический / психологический ущерб другому лицу;
- г) повторяющиеся акты издевательств со стороны одного лица или группы лиц в отношении индивида.
2. С. Фешбах предложил выделение следующих видов агрессии:
- а) доброкачественная и злокачественная;
- б) недеструктивная и деструктивная;
- в) экспрессивная, враждебная и инструментальная;
- г) реактивная и спонтанная.
3. Выражение негативных чувств как через форму (крик, визг), так и через содержание словесных ответов (проклятия, угрозы) – это:
- а) физическая агрессия;
- б) вербальная агрессия;
- в) косвенная агрессия;
- г) раздражение.
4. В каких теориях утверждается, что агрессивное поведение людей имеет филогенетические корни, оно «запрограммировано» в человеке?
- а) инстинктивистских;
- б) фрустрационных;
- в) когнитивных;
- г) социального научения.
5. Занятия с маленькими детьми по коррекции агрессивного поведения и агрессивности наиболее продуктивны с использованием:
- а) игрового метода;
- б) психодрамы;
- в) логотерапии;
- г) ауторелаксации.

**Контрольно-измерительные материалы
по модулю 4 «Буллинг: понятие, виды, причины,
психолого-педагогическая помощь»**

1. К какому понятию относится следующая дефиниция: «травля одного участника коллектива другими»?
- а) буллинг;
- б) агрессивность;
- в) враждебность;
- г) насилие.
2. Какой(ие) автор(ы) выделяет(ют) два вида враждебных реакций (обида, подозрительность) и пять – агрессивных (физическая, косвенная, вербальная агрессия, раздражение, негативизм)?
- а) Э. Фромм;
- б) Г. Паренс;
- в) Х. Хекхаузен;
- г) А. Басс и А. Дарки.

3. Основоположителем фрустрационной теории является:
- а) З. Фрейд;
 - б) К. Лоренц;
 - в) Дж. Доллард;
 - г) Д. Зильманн.
4. В теории социального научения утверждается, что:
- а) танатос лежит в основе всех проявлений жестокости, агрессии, самоубийств и убийств;
 - б) агрессия есть следствие фрустрации;
 - в) агрессия обусловлена возбуждением, которое взаимосвязано с процессом познания;
 - г) образцы агрессивного поведения перенимаются из трех основных источников: семьи, субкультуры и средств массовой информации.
5. Как называется метод психологической коррекции, который основывается на подборе мелодий, оказывающих положительное влияние на психику и улучшающих эмоциональное состояние?
- а) арт-терапия;
 - б) музыкотерапия;
 - в) образотерапия;
 - г) психогимнастика.

**Контрольно-измерительные материалы
по модулю 5 «Тревожность: понятие, виды, причины,
психолого-педагогическая помощь»**

1. Верно ли, что тревога – это врожденная эмоциональная реакция живого организма?
- а) верно;
 - б) неверно.
2. Каким видом тревожности является школьная тревожность?
- а) ситуативная;
 - б) личностная.
3. Укажите признаки тревожного поведения:
- а) мышечное напряжение;
 - б) невнимательность;
 - в) неуверенность;
 - г) потеря сознания.
4. Верно ли, что тревожность формируется при слабом типе нервной системы?
- а) верно;
 - б) неверно.
5. Какие приемы можно использовать для снижения тревожности?
- а) дыхательная гимнастика;
 - б) сменить положение тела, подвигаться;
 - в) вопросами переключить на размышления и речь;
 - г) крикнуть.

**Контрольно-измерительные материалы
по модулю 6 «Посттравматическое стрессовое расстройство:
понятие, виды, причины, психологическая помощь»**

1. Укажите, какие из перечисленных особенностей характеризуют психологический стресс:

а) может запускаться не только реальными, но и виртуальными событиями;

б) осознание возможности влияния на стрессор позволяет снизить уровень его негативного воздействия на организм;

в) может запускаться только реальными событиями;

г) уровень влияния на организм не зависит от когнитивной оценки проблемной ситуации.

2. Укажите верно ли утверждение «посттравматическое стрессовое расстройство это отсроченный или затянувшийся ответ на стрессовое событие исключительно угрожающего или катастрофического характера»:

а) верно;

б) неверно

3. Укажите отличительные признаки посттравматического стрессового расстройства:

а) психогенная природа расстройства;

б) проявляется спустя некоторое время после воздействия психотравмирующего события

в) проявляется сразу после психотравмирующего события;

г) может возникать только у военнослужащих, участвовавших в боевых действиях.

4. Укажите, какие типы посттравматического стрессового расстройства были выделены В. М. Волошиным:

а) тревожный тип, астенический тип, дисфорический тип, соматоформный тип;

б) циклоидный тип, эмотивный тип, астенический тип, шизофренический тип;

в) острый тип, хронический тип, отсроченный тип; оперативный тип;

г) тревожный тип, апатический тип, гипертонический тип, ишемический тип.

5. Укажите принципы оказания психологической помощи при посттравматическом стрессовом расстройстве:

а) принцип детерминизма;

б) принцип партнерства и повышения достоинства личности;

в) принцип междисциплинарного подхода;

г) принцип индивидуальности.

ПРИМЕРНЫЕ КЕЙС-ЗАДАНИЯ

1. Мальчику 9 лет. Занимается борьбой. Имеет много друзей во дворе. Имеет лидерские качества. Мама стала замечать, что при выполнении домашних уроков по английскому языку часто отвлекается, побыстрее хочет их завершить, начинает делать только при напоминании родителей. В школе классный руководитель тоже заметила, что он напряженный перед уроком английского языка, не активный на перемене, очень сосредоточенный.

О каком эмоциональном состоянии ученика говорится в ситуации? Предложите рекомендации родителям мальчика.

2. Служебная командировка М. П., мужчины 34 лет, врача-эпидемиолога, по времени пришлась на начало июня и совпала с Ошскими событиями. Пациент стал свидетелем убийств и поджогов. Он попытался убежать из города вместе с другими пострадавшими. Паникующих остановили вооруженные автоматами люди в масках. Бандиты облили одного из толпы бензином и подожгли его. М. П. бросился тушить горящего человека, но был остановлен одним из нападавших, который пригрозил М. П., что тот может стать следующим. В течение пяти часов люди, пытавшиеся покинуть город, находились в заложниках. К счастью, никто из них больше не пострадал, по крайней мере, физически. М. П. смог вернуться домой спустя два дня после описанных событий. Дома, в спокойной и безопасной обстановке, он смог расслабиться и отдохнуть. Однако, через 3 месяца после пережитого, у М. П. появились кошмарные сновидения, отражавшие характер перенесенной травмы: ему снилось, как его обливают бензином и поджигают. Стал избегать мест, где пахло бензином, даже перестал водить машину, испытывал постоянное внутреннее напряжение и страх за свою жизнь. Самостоятельно поставил себе диагноз ПТСР, используя ресурсы Интернета, и обратился за профессиональной помощью.

О каком эмоциональном нарушении идет речь? Предложите возможные методы оказания психологической помощи.

3. Познакомьтесь с ситуацией: «Дочь (13 лет) пришла из школы с разбитой губой. Сама по себе беда небольшая, но одноклассник, который ей губу разбил, ведет себя агрессивно не впервые – может ударить девочку (не только мою) в живот, толкает с разбега девчонок в спину, в том числе на лестнице и т. д. Заявление директору мы уже писали, маму неоднократно в школу вызывали, но та только обвиняет всех в неадекватном отношении к ее ребенку...».

Проанализируйте действия учащихся, родителей, педагогического коллектива в этой ситуации. Разработайте программу коррекции агрессивного поведения подростка.

Слушатели, выполнившие все требования программы, получают *сертификат установленного образца*.

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА

Основная

1. Профилактика и коррекция эмоциональных нарушений и нарушений поведения у детей и взрослых : учебно-методическое пособие / М. В. Алаева [и др.]; под ред. А. Н. Яшковой; Мордов. гос. пед. ин-т. – Саранск, 2019. – 240 с. – Текст : непосредственный.

Дополнительная

1. Астапов, В. М. Эмоциональные нарушения в детском и подростковом возрасте. Тревожные расстройства : учебное пособие для вузов / В. М. Астапов, Е. Е. Вакнин. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 273 с. – ISBN 978-5-534-06937-2. – URL: <https://urait.ru/bcode/541025>. – Текст : электронный.

2. Гусев, С. А. Переживание событий в ситуации потери и поиска работы : учебное пособие / С. А. Гусев. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2017. – 249 с. – Текст : непосредственный.

3. Саенко, Ю. В. Регуляция эмоций: тренинги управления чувствами и настроениями / Ю. В. Саенко. – Санкт-Петербург : Речь, 2010. – 232 с. – Текст : непосредственный.

4. Чумаков, М. В. Эмоционально-волевая сфера личности : учебное пособие для вузов / М. В. Чумаков. – Москва : Издательство Юрайт, 2024. – 106 с. – ISBN 978-5-534-13994-5. – URL: <https://urait.ru/bcode/544068>. – Текст : электронный.

ЭЛЕКТРОННО-ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ

- <http://www.vorpsy.ru> (журнал «Вопросы психологии»);
- <http://www.koob.ru> (бесплатная библиотека);
- <http://www.book.ru> (бесплатная библиотека);
- <http://www.psycho.ru> (полнотекстовая библиотека);
- <http://www.psypublika.ru> (психологические публикации);
- <http://vch.narod.ru> (психологические тесты, бланки);
- <http://www.effecton.ru> (психологические тесты);
- <http://www.psy.ru> (психологическая газета);
- <http://www.mytests.ru> (психологические тесты и статьи);
- <http://testology.psychology.ru> (психологическая лаборатория);
- <http://psi.webzone.ru/st/118600.htm> (психологический словарь);
- <http://www.pirao.ru> (психологический институт РАО) и др.