



АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
ДОПОЛНИТЕЛЬНОГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«УНИВЕРСИТЕТ ВАЛДАЙ»

РАЗРАБОТЧИК

Ректор Университета Валдай



/В.В. Клевцов/

«\_20\_» \_\_\_\_\_ февраля \_\_\_\_\_ 2026 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**  
**«Кризисная психология и психология экстремальных ситуаций в работе педагога-психолога»**

Дополнительная профессиональная программа  
**«Педагог-психолог (психолог в сфере образования) (экспертная подготовка)»**

г. Великий Новгород

**Наименование учебной дисциплины:** Кризисная психология и психология экстремальных ситуаций в работе педагога-психолога.

**Цель освоения учебной дисциплины (цель дисциплины):** достижение запланированных результатов освоения образовательной программы - формирование установленных в образовательной программе компетенций.

**Задачи освоения учебной дисциплины (задачи дисциплины):** достижение запланированных в настоящей рабочей программе результатов освоения дисциплин - приобретение обучающимся запланированных знаний, умений, навыков.

#### **Планируемые результаты освоения учебной дисциплины**

Обучающийся должен формировать следующие результаты освоения дисциплины (планируемые результаты обучения) «Кризисная психология и психология экстремальных ситуаций в работе педагога-психолога» (коды формируемых компетенций): ОПК-6.

#### **Индикаторы достижения компетенций**

Результаты обучения для настоящей дисциплины соотносятся со следующими индикаторами достижения компетенций Индикаторы достижения компетенции

##### *На уровне знаний:*

Знание основных понятий: кризис, экстремальная ситуация, травма, стресс, посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Знание возрастных особенностей реагирования детей и подростков на кризисные и экстремальные ситуации. Знание теоретических основ и алгоритмов оказания экстренной психологической помощи и психологической поддержки в образовательной среде. Знание феноменологии и методов профилактики профессионального выгорания и вторичной травматизации при работе с кризисными состояниями. Знание нормативно-правовых и этических основ деятельности педагога-психолога в условиях чрезвычайной ситуации в образовательной организации.

##### *На уровне умений:*

Умение проводить экспресс-диагностику психического состояния участников образовательного процесса (детей, педагогов, родителей) в острой стрессовой ситуации. Умение применять методы и техники экстренной психологической помощи для стабилизации эмоционального состояния пострадавших. Умение выстраивать эффективную коммуникацию с пострадавшими, их родственниками, администрацией образовательной организации и представителями других ведомств. Умение консультировать педагогов и родителей по вопросам оказания поддержки детям, пережившим психотравмирующую ситуацию. Умение разрабатывать и реализовывать программы психолого-педагогического сопровождения в посткризисный период.

##### *На уровне навыков:*

Навык саморегуляции и сохранения профессиональной устойчивости в условиях высокого эмоционального напряжения и неопределенности. Навык принятия решений и организации деятельности в кризисной ситуации, включая психологическую сортировку (триаж). Навык установления доверительного контакта и оказания поддержки лицам, находящимся в состоянии острого горя, шока или агрессии. Навык ведения кризисных интервенций в группе (например, с классом), фасилитации обсуждения травматического опыта. Навык разработки и проведения для педагогов и учащихся тренингов по развитию стрессоустойчивости и поведению

в экстремальных ситуациях.

**Объем (трудоемкость) учебной дисциплины** (в академических часах): 54.

**Структура учебной дисциплины:**

Лекционные занятия (академических часов): 4

Практические занятия (академических часов): 2

Самостоятельная работа (академических часов): 48

**Тематический план учебной дисциплины (содержание учебной дисциплины)**

Тема № 1: Введение в кризисную психологию: понятия, виды и специфика кризисных ситуаций в образовательной среде

Тема № 2: Теоретико-методологические основы психологии стресса, травмы и кризисных состояний

Тема № 3: Классификация и особенности проявления экстремальных ситуаций в школе (буллинг, суицидальное поведение, насилие)

Тема № 4: Психодиагностика состояний и реакций участников образовательного процесса в условиях кризиса

Тема № 5: Основы оказания первой психологической помощи в экстремальных ситуациях

Тема № 6: Технологии и модели кризисного психологического консультирования и вмешательства

Тема № 7: Организация работы с различными категориями участников образовательных отношений (дети, родители, педагоги)

Тема № 8: Психологическое сопровождение в посткризисный период: работа с последствиями травмы и ПТСР

Тема № 9: Профилактика кризисных состояний и формирование жизнестойкости у учащихся

Тема № 10: Профессиональная устойчивость и профилактика эмоционального выгорания педагога-психолога

### **Текущий контроль**

**Форма текущего контроля по учебной дисциплине:** Тестирование.

Примеры заданий:

*Задание:* Что из перечисленного наиболее точно описывает ключевую особенность кризисной ситуации в образовательной среде, в отличие от просто сложной или конфликтной?

- Конфликт исключительно между учеником и учителем
- Необходимость написать контрольную работу в сжатые сроки
- + Обычные способы решения проблемы и адаптации оказываются неэффективными, требуя немедленного вмешательства
- Наличие разногласий между родителями и администрацией школы
- Повышенная эмоциональная реакция одного из учеников на оценку

*Задание:* Какой ученый является автором концепции "общего адаптационного синдрома" (стресса), включающей стадии тревоги, резистентности и истощения, которая является фундаментальной для психологии кризисных состояний?

- Зигмунд Фрейд
- Абрахам Маслоу
- + Ганс Селье
- Лев Выготский
- Карл Роджерс

*Задание:* Какая характеристика является ключевой для определения ситуации как буллинга (травли) в школьной среде, в отличие от обычного конфликта?

- Единичный конфликт между одноклассниками из-за игрушки
- Спор между равными по силе и статусу учениками
- Случайная, непреднамеренная обида в ходе игры
- + Систематичность, неравенство сил и намеренное причинение вреда
- Критика со стороны учителя за невыполненное домашнее задание

*Задание:* Какова основная цель психодиагностики в первые часы после острого кризисного события в образовательном учреждении?

- Составление развернутого психологического портрета каждого ученика
- Проведение длительных тестов на определение типа личности
- + Экспресс-оценка состояния и выявление лиц, нуждающихся в немедленной помощи (психологический триаж)
- Определение уровня IQ всех участников образовательного процесса
- Подготовка аналитического отчета для вышестоящих инстанций

*Задание:* Что является одним из ключевых принципов оказания первой психологической помощи (ППП) пострадавшему в экстремальной ситуации?

- Дать обещание, что все будет хорошо, чтобы быстро успокоить
- + Установить контакт, активно слушать, не давая оценок и советов, помочь удовлетворить базовые потребности (вода, безопасность)
- Немедленно начать детальный расспрос о произошедшем, чтобы собрать максимум информации
- Настоять на том, чтобы человек не плакал и "взял себя в руки"
- Оставить человека в одиночестве, чтобы он мог "прийти в себя"

### **Промежуточная аттестация**

**Форма промежуточной аттестации по учебной дисциплине:** Зачет.

Примеры заданий:

*Задание:* Какая модель кризисного вмешательства, разработанная в Израиле Мули Лаадом, предлагает оценивать и использовать 6 основных каналов совладания человека со стрессом (когнитивный, эмоциональный, социальный, ценностно-смысловой, творческий и телесный)?

- Когнитивно-поведенческая модель А. Бека
- Модель группового анализа Ирвина Ялома
- + Мультимодальная модель BASIC Ph
- Клиент-центрированный подход Карла Роджерса
- Модель психологического дебрифинга Дж. Митчелла

*Задание:* Какова первоочередная задача психолога при работе с родителями в условиях школьного кризиса (например, после случая насилия или суицида)?

- Провести диагностику родительских компетенций
- Обвинить их в недостаточном контроле над детьми
- + Организовать достоверное и дозированное информирование, снять панику и предоставить эмоциональную поддержку
- Собрать с них подписи под коллективным обращением в полицию
- Немедленно начать индивидуальные консультации с каждой семьей по вопросам воспитания

*Задание:* Какой из симптомов является одним из наиболее характерных для посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) и относится к кластеру симптомов "повторного переживания"?

- Постоянное желание избегать разговоров на любую тему
- Полная амнезия на события до травмы
- + Навязчивые, вторгающиеся воспоминания о событии (флешбэки), ночные кошмары
- Повышенный аппетит и постоянная сонливость
- Эйфорическое настроение и не критичное отношение к своему состоянию

*Задание:* Что лежит в основе формирования жизнестойкости (resilience) у учащихся как ключевого фактора профилактики кризисных состояний?

- Полное ограждение ребенка от любых трудностей и стрессов
- + Развитие уверенности в себе, навыков решения проблем, социальной поддержки и оптимистичного взгляда на жизнь
- Изучение исключительно теоретических материалов о стрессе
- Формирование установки, что обращаться за помощью — это проявление слабости
- Постоянные тренировки на выживание в экстремальных условиях

*Задание:* Какой метод является наиболее эффективным для профилактики профессионального выгорания педагога-психолога, работающего с кризисными ситуациями?

- Увеличение количества рабочих часов для "погружения" в проблему
- Отказ от обсуждения сложных случаев с кем-либо для сохранения конфиденциальности
- + Регулярное участие в супервизии и/или интервизорских группах для анализа своей практики и получения поддержки
- Просмотр фильмов и чтение книг на остросюжетные темы для "тренировки" психики
- Игнорирование собственных негативных эмоций и концентрация исключительно на помощи другим

**Содержание самостоятельной работы обучающихся по учебной дисциплине:**  
подготовка к занятиям: изучение теоретического материала, чтение учебников и дополнительных источников, конспектирование; подготовка к промежуточной аттестации; самостоятельное изучение дополнительных материалов; анализ и интерпретация данных – составление аналитического отчета обучающегося по дисциплине.

## Условия реализации рабочей программы дисциплины

**Материально-техническое обеспечение реализации дисциплины:** технические средства доступа к электронной информационно-образовательной среде.

**Учебно-методическое обеспечение (электронные учебно-методические материалы) освоения учебной дисциплины** (в том числе учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине):

**Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине** представляет собой приложение к настоящей образовательной программе, содержащее оценочные материалы.

### Список литературы

#### *Нормативно-правовая база*

Конституция Российской Федерации  
Федеральный закон от 29.12.2012 № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее — Закон об образовании).

#### *Основная литература*

Вентцель, К. Н. Педагогика творческой личности / К. Н. Вентцель. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 206 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-15391-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568341>

Выготский, Л. С. Основы дефектологии / Л. С. Выготский. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 332 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11695-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566577>

Интеллект в цифровом образовании: естественный, искусственный, эмоциональный — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581570>

Клапаред, Э. Психология ребенка и экспериментальная педагогика / Э. Клапаред ; под редакцией Д. Т. Кацарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 158 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13367-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567411>

Кащенко, В. П. Педагогическая коррекция. Исправление недостатков характера у детей и подростков : учебник для среднего профессионального образования / В. П. Кащенко. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 228 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-20506-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/599099>

Макаренко, А. С. Методика воспитательной работы. Избранные труды / А. С. Макаренко. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 323 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-08066-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562001>

Лай, В. Экспериментальная педагогика / В. Лай ; под редакцией В. Е. Игнатъева ; переводчик Е. И. Воскресенская. — Москва : Издательство Юрайт, 2025.

— 146 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-11549-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566505>

Челпанов, Г. И. Учебник психологии : учебник / Г. И. Челпанов. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 221 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-12188-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566825>

### *Дополнительная литература*

Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта. Вестник Балтийского федерального университета им. И. Канта. Серия: Филология, педагогика, психология : журнал / ФГАОУ ВО "Балтийский федеральный университет им. Иммануила Канта". — Калининград : Изд-во БФУ им. И. Канта // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: [https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_008503841/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_008503841/)

Контенткон 2025: авторство, ИИ-генерация и использование учебного контента — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 1 с. — (Юрайт.Академия). — ISBN 978-5-534-14536-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/582265>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 1. Церковно-религиозная и государственная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 283 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04051-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598605>

Каптерев, П. Ф. История русской педагогики в 2 ч. Часть 2. Общественная педагогика : учебник для вузов / П. Ф. Каптерев. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 271 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04053-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/598612>

Психология человека в образовании = Psychology in education : научный журнал. — Санкт-Петербург // Национальная Электронная Библиотека [сайт]. — URL: [https://rusneb.ru/catalog/000199\\_000009\\_010815716/](https://rusneb.ru/catalog/000199_000009_010815716/)

### *Интернет-ресурсы*

**Информационное обеспечение** представляет собой перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечной системе (цифровой (электронной) библиотеке) «ЮРАЙТ» (<https://urait.ru/>), содержащей издания учебно-методической и иной литературы.

Каждый обучающийся обеспечивается индивидуальным неограниченным доступом к федеральной государственной информационной системе «Национальная электронная библиотека» (<https://rusneb.ru/>).

**Состав необходимого комплекта лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства (программное обеспечение):** реестровая запись №3722 от 23.07.2017 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных); Яндекс.Телемост

(реестровая запись №13556 от 20.05.2022 в едином реестре российских программ для электронных вычислительных машин и баз данных).

**Электронные информационные ресурсы** (ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»):

**- Состав современных профессиональных баз данных**

Федеральная служба государственной статистики (<https://rosstat.gov.ru/>);

Открытые данные России (<https://data.gov.ru/>);

Статистический Отдел Организации Объединенных Наций (United Nations Statistics Division) (<http://data.un.org/>);

База данных ЮНЕСКО (<https://www.unesco.org/en/key-data>).

**- Состав информационных справочных систем**

Высшая аттестационная комиссия при Министерстве науки и высшего образования Российской Федерации (<https://vak.minobrnauki.gov.ru/main>);

Официальный интернет-портал правовой информации (Государственная система правовой информации) (<http://pravo.gov.ru/>);

Система обеспечения законодательной деятельности (<https://sozd.duma.gov.ru/>);

Собрание законодательства Российской Федерации (<https://www.szrf.ru/>);

Государственная автоматизированная система Российской Федерации «Правосудие» (ГАС «Правосудие») (<https://sudrf.ru/>);

Нормативные правовые акты в Российской Федерации. Министерство юстиции Российской Федерации (<http://pravo.minjust.ru/>).

**- Иные информационные ресурсы - информационные ресурсы органов государственной власти**

Президент России (<http://kremlin.ru/>);

Правительство России (<http://government.ru/>);

Министерство науки и высшего образования РФ (<https://www.minobrnauki.gov.ru/>);

Министерство просвещения РФ (<https://edu.gov.ru/>);

Министерство экономического развития Российской Федерации (<https://www.economy.gov.ru/>);

Министерство цифрового развития, связи и массовых коммуникаций Российской Федерации (<https://digital.gov.ru/>).

**- Иные информационные ресурсы - периодические издания**

ТАСС (<https://tass.ru/>);

РИА НОВОСТИ (<https://ria.ru/>);

Коммерсантъ (<https://www.kommersant.ru/>);

РТ (<https://rt.com/>).

**- Информационные поисковые системы**

Яндекс (<https://ya.ru/>);

MAIL.RU (<https://www.mail.ru/>).