



Автономная некоммерческая образовательная организация  
высшего образования  
«Воронежский экономико-правовой институт»  
(АНОО ВО «ВЭПИ»)



**ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ  
ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)**

**Б1.О.05 Психология безопасности**  
(наименование дисциплины (модуля))

**37.03.01 Психология**  
(код и наименование направления подготовки)

Направленность (профиль) **Психолог в сфере образования**  
(наименование направленности (профиля))

Квалификация выпускника **Бакалавр**  
(наименование квалификации)

Форма обучения **очная, очно-заочная**  
(очная, очно-заочная, заочная)


Рекомендован к использованию филиалами АНОО ВО «ВЭПИ»

Воронеж 2020

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) рассмотрен и одобрен на заседании кафедры психологии.

Протокол от « 15 » сентября 20 20 г. № 3

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) согласован со следующими представителями работодателей или их объединений, направление деятельности которых соответствует области профессиональной деятельности, к которой готовятся обучающиеся:

 Директор Муниципального бюджетного образовательного учреждения  
«Средняя общеобразовательная школа №102»

Фактор А.М.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

 Директор Автономной некоммерческой профессиональной образовательной  
организации «Региональный экономико-правовой колледж»

Чернусских Ю.Л.

(должность, наименование организации, фамилия, инициалы, подпись, дата, печать)

Заведующий кафедрой



Л.В. Абдалина

Разработчики:

Профессор



Л.В. Абдалина

# 1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения ОП ВО

Целью проведения дисциплины Б1.О.05 «Психология безопасности» является достижение следующих результатов обучения:

Код компетенции	Наименование компетенции
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов
ПК-6.	Способен разрабатывать психологические рекомендации по проектированию образовательной среды, комфортной и безопасной для личностного развития обучающегося на каждом возрастном этапе, для своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер

В формировании данных компетенций также участвуют следующие дисциплины (модули), практики образовательной программы (по семестрам (курсам) их изучения):

- для очной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения							
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.	8 сем.
Безопасность жизнедеятельности		УК-8						
Педагогическая психология				ПК-6				
Социальная психология			ПК-6	ПК-6				
Методика преподавания психологии						ПК-6		
Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образовательных отношений					ПК-6			
Учебная практика (учебно-ознакомительная практика)				УК-8				
Производственная практика (производственная практика в профильных организациях)					УК-8 ПК-6			
Производственная практика (преддипломная практика)								УК-8 ПК-6

- для очно-заочной формы обучения:

Наименование дисциплин (модулей), практик	Этапы формирования компетенций по семестрам изучения									
	1 сем.	2 сем.	3 сем.	4 сем.	5 сем.	6 сем.	7 сем.	8 сем.	9 сем.	Сем. А
Безопасность жизнедеятельности		УК-8								
Педагогическая психология					ПК-6					
Социальная психология				ПК-6	ПК-6					
Методика преподавания психологии								ПК-6		
Психолого-педагогическое сопровождение субъектов образовательных						ПК-6				

отношений										
Учебная практика (учебно-ознакомительная практика)						УК-8				
Производственная практика (производственная практика в профильных организациях)							УК-8 ПК-6			
Производственная практика (преддипломная практика)										УК-8 ПК-6

Этап дисциплины (модуля) Б1.О.05 «Психология безопасности» в формировании компетенций соответствует:

- для очной формы обучения – 3 семестру;
- для очно-заочной формы обучения – 4 семестру.

## 2. Показатели и критерии оценивания компетенций на различных этапах их формирования, шкалы оценивания

Показателями оценивания компетенций являются следующие результаты обучения:

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)
УК-8	ИУК-8.1. Обеспечивает в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знать: безопасные условия жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности для сохранения природной среды, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов; Уметь: обеспечивать безопасные условия в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; Владеть: способами и приемами сохранения природной среды, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.
	ИУК-8.2. Обеспечивает в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	Знать: безопасные условия жизнедеятельности для обеспечения устойчивого развития общества; Уметь: обеспечивать безопасные условия жизнедеятельности для устойчивого развития общества; Владеть: способами и приемами сохранения безопасных условий жизнедеятельности для устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.
ПК-6.	ИПК-6.1. Разбирается в современных теориях формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды.	Знать: современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе; Уметь: разрабатывать психологические рекомендации по проектированию безопасной и комфортной образовательной среды; Владеть: технологиями и способами проектирования безопасной и комфортной образовательной среды.
	ИПК-6.2. Разрабатывает психологические рекомендации по соблюдению в образовательной организации психологических условий обучения и воспитания, необходимых для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе	Знать: психологические условия обучения и воспитания, необходимые для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе; Уметь: Разрабатывает психологические рекомендации необходимых для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе Владеть: психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

Порядок оценки освоения обучающимися учебного материала определяется содержанием следующих разделов дисциплины (модуля):

№ п/п	Наименование раздела дисциплины (модуля)	Код компетенции, код индикатора	Критерии оценивания	Оценочные средства текущего контроля	Шкала оценивания
-------	--	---------------------------------	---------------------	--------------------------------------	------------------

		достижения компетенции		успеваемости	
1	Тема 1. Психология безопасности как наука	УК-8. ИУК-8.1.	Знает: способы и методы анализа проблемной ситуацию как целостной системы психологии безопасного поведения; Умеет: анализировать проблемную ситуацию безопасности жизнедеятельности как целостную систему. Владеет: способами и методами анализа проблемной ситуацию и выработать стратегию действий безопасного поведения.	устный опрос, эссе, реферат	«Зачтено», «Не зачтено»
2	Тема 2. Безопасность личности в информационном пространстве	УК-8. ИУК-8.1.	Знает: способы и методы анализа проблемной ситуацию как целостной системы психологии безопасного поведения; Умеет: анализировать проблемную ситуацию безопасности жизнедеятельности как целостную систему. Владеет: способами и методами анализа проблемной ситуацию и выработать стратегию действий безопасного поведения	устный опрос, реферат, задание	«Зачтено», «Не зачтено»
3	Тема 3. Безопасность личности в экстремальных ситуациях	УК-8. ИУК-8.2.	Знает: способы и методы решения проблемной ситуации психологии безопасного поведения на основе критического анализа доступных источников информации; Умеет: разрабатывать варианты решения проблемной ситуации безопасности жизнедеятельности на основе критического анализа доступных источников информации Владеет: способами и методами анализа проблемной ситуацию психологии безопасного поведения на основе критического анализа доступных источников информации.	устный опрос, реферат, задание	«Зачтено», «Не зачтено»
4	Тема 4. Стратегии и механизмы	ПК-6. ИПК-6.2.	Знает: психологические условия обучения и	устный опрос, реферат, задание	«Зачтено», «Не зачтено»

	формирования психологической безопасности личности		воспитания, необходимые для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе; Умеет: Разрабатывает психологические рекомендации необходимых для нормального психического развития обучающихся на каждом возрастном этапе Владеет: психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер		
5.	Тема 5. Социальная стабильность и психологическая безопасность	УК-8. ИУК-8.2.	Знает: способы и методы решения проблемной ситуации психологии безопасного поведения на основе критического анализа доступных источников информации; Умеет: разрабатывать варианты решения проблемной ситуации безопасности жизнедеятельности на основе критического анализа доступных источников информации Владеет: способами и методами анализа проблемной ситуацию психологии безопасного поведения на основе критического анализа доступных источников информации.	устный опрос, реферат, задание	«Зачтено», «Не зачтено»
6.	Тема 6. Современное общество рисков и психологическая безопасность	ПК-6. ИПК-6.1.	Знает: современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе; Умеет: разрабатывать психологические рекомендации по проектированию безопасной и комфортной образовательной среды; Владеет: технологиями и способами проектирования безопасной и комфортной образовательной среды.	устный опрос, реферат, задание	«Зачтено», «Не зачтено»
7.	Тема 7. Методы оказания экстренной психологической	УК-8. ИУК-8.2.	Знает: способы и методы действий для решения проблемной ситуации	устный опрос, реферат, игра-тренинг	«Зачтено», «Не зачтено»

	помощи.		<p>безопасного поведения в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них;</p> <p>Умеет: выработать стратегию действий безопасного поведения для решения проблемной ситуации в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них;</p> <p>Владеет: способами и методами действий для решения проблемной ситуации безопасного поведения в виде последовательности шагов, предвидя результат каждого из них.</p>		
8.	Тема 8. Доверие как фактор социально-безопасного взаимодействия	ПК-б. ИПК-б.1.	<p>Знает: современные теории формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе;</p> <p>Умеет: разрабатывать психологические рекомендации по проектированию безопасной и комфортной образовательной среды;</p> <p>Владеет: технологиями и способами проектирования безопасной и комфортной образовательной среды.</p>	устный опрос, реферат, задание	«Зачтено», «Не зачтено»
ИТОГО			Форма контроля	Оценочные средства промежуточной аттестации	Шкала оценивания
			Зачет с оценкой	Ответ на билет	«Зачтено», «Не зачтено»

### Критерии оценивания результатов обучения для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю)

#### 1. Критерии оценивания устного ответа:

- зачтено – знает безопасные условия жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; разбирается в современных теориях формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды; владеет психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.



- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

2. Критерии оценивания выполнения реферата:

- зачтено – выбрали и использовали форму и стиль изложения, соответствующие целям и содержанию дисциплины; применили связанную с темой информацию, используя при этом понятийный аппарат специалиста в данной области; представили структурированный и грамотно написанный текст, имеющий связное содержание;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

3. Критерии оценивания типовых заданий:

- зачтено – выбрали и использовали форму и стиль изложения, соответствующие предложенному заданию; применили связанную с темой учебно-методическую информацию, используя при этом понятийный аппарат в данной области; представили структурированный и грамотно написанный текст, имеющий связное содержание;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

4. Критерии оценивания эссе:

- зачтено – представлена собственная точка зрения (позиция, отношение) при раскрытии проблемы; проблема раскрыта на теоретическом уровне, в связях и с обоснованиями, с корректным использованием профессиональных терминов и понятий в контексте ответа; предоставлена аргументация своего мнения с опорой на факты общественной жизни или личный социальный опыт;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

5. Критерии оценивания игр:

- зачтено – обучающийся провел анализ избираемых вариантов игровой деятельности, продемонстрировал умение излагать основные положения, обоснованно отстаивать свою точку зрения, воспринимать противоположные точки зрения, отвечать на вопросы оппонентов, демонстрирует необходимое поведение и действия, соблюдает регламент;

- не зачтено – не соответствует критериям «зачтено».

6. Критерии оценивания ответа на зачете с оценкой:

«Отлично» - знает безопасные условия жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; разбирается в современных теориях формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды; владеет психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

«Хорошо» - знает безопасные условия жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; с незначительными ошибками разбирается в современных теориях формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды; владеет психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

«Удовлетворительно» - допускает незначительные ошибки в знании безопасных условий жизнедеятельности в повседневной жизни и в профессиональной деятельности; допускает ошибки в современных теориях формирования и поддержания благоприятного социально-психологического климата в коллективе, технологиях и способах проектирования безопасной и комфортной образовательной среды; владеет с психологическими методами своевременного предупреждения нарушений в развитии и становлении личности, ее аффективной, интеллектуальной и волевой сфер.

«Неудовлетворительно» - знания, умения и навыки не соответствуют критериям «удовлетворительно».

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

#### **1 ЭТАП – Текущий контроль освоения дисциплины**

##### Вопросы для устного опроса

Тема 1. «Психология безопасности» как наука.

1. Понятие науки «Психологии безопасности» ее значение в современном обществе.
2. Цели, задачи и методы «Психологии безопасности».
3. Перечислите направления психологии безопасности.
4. Перечислите факторы и причины угроз психологической безопасности личности.
5. Дайте определение национальной безопасности.
6. Дайте определение экономической безопасности.
7. Дайте определение информационной безопасности.
8. Дайте определение экологической безопасности.
9. Перспективы развития науки «Психологии безопасности».

Тема 2. Безопасность личности в информационном пространстве

1. Основные принципы обеспечения информационно-психологической безопасности.
2. Угрозы информационно-психологической безопасности.
3. Источники угроз информационно-психологической безопасности.

4. Принципы обеспечения идеологической безопасности.
5. Назовите характерное отличие информационного общества от индустриального.
6. Охарактеризуйте основные категории информационной безопасности.
7. Что такое информационная война и каковы способы ее ведения?
8. Чем различаются информационная война, информационный криминал, информационный терроризм и что между ними общего?
9. Охарактеризуйте угрозы информационной безопасности России.
10. Чем обусловлена актуальность в современном обществе проблемы информационно-психологической безопасности?
11. Назовите каналы информационного воздействия на человека.
12. Какие мероприятия необходимо провести, чтобы создать в России условия для безопасного развития личности?

### Тема 3. Безопасность личности в экстремальных ситуациях

1. Понятие экстремальной, чрезвычайной и кризисной ситуаций.
2. Соотношение объективного и субъективного в восприятии ситуации как экстремальной.
3. Экстремальная ситуация и экстремальные условия деятельности.
4. Общая характеристика субъектов экстремальной ситуации.
5. Специфика психологической травматизации различных групп субъектов экстремальной ситуации.
6. Экстремальные ситуации как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф. Факторы, определяющие восприятие ситуации как экстремальной.
7. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация.
8. Понятие экстремального состояния. Подходы к выделению экстремальных психических состояний.
9. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника.
10. Проблема готовности специалиста-психолога к работе с экстремальными состояниями.
11. Понятие, виды, факторы развития стрессоустойчивости.
12. Специфика протекания стресса в экстремальной ситуации.
13. Психологическая помощь горюющему.
14. Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи.

### Тема 4. Стратегии и механизмы формирования психологической безопасности личности.

1. Как классифицируется поведение людей в чрезвычайных ситуациях?
2. Назовите причины психологической неготовности к ЧС.

3. Понятие психической травмы.
4. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).
5. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства
6. Возможности и направления психотерапии ПТСР

#### Тема 5. Социальная стабильность и психологическая безопасность.

1. Относятся ли динамика развития социальных институтов, функциональные преобразования, инвариантность системы к характеристикам стабильности социальных систем?
2. Почему социальная стабильность как определенный характер развития общества обуславливает развитие психологической безопасности?
3. Проанализируйте связь между трактовкой стабильности как динамического феномена и деятельностного подхода в психологии.
4. Эффект «ложного социального согласия».
5. Эффект действительного социального согласия.

#### Тема 6. Современное общество рисков и психологическая безопасность

1. Почему ситуация риска не тождественна ситуации угрозы?
2. Можете ли вы показать мотивационные основания террористической деятельности?
3. Каким образом концепция риска как ценности объясняет феномен террористической деятельности?
4. Почему важно определить оправданность или неоправданность риска в ситуации? Объясните с позиции психологии безопасности.
5. На каком основании У. Бек заявляет, что в «обществе риска» основополагающая мотивация связана с избеганием опасности?
6. Проанализируйте, как влияет развитие психологической уязвимости на формирование рискованного поведения.
7. Покажите спектр причин стремления террористов к групповой ответственности.

#### Тема 7. Методы оказания экстренной психологической помощи

1. Понятие и базовые принципы оказания экстренной психологической помощи.
2. Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации.
3. Требования к методам оказания экстренной психологической помощи.
4. Помощь при страхе, тревоге, истерике, апатии, чувстве вины и стыда, двигательном возбуждении, нервной дрожи.
5. Помощь при гневе, злости, агрессии.
6. Самопомощь при острых реакциях на стресс.

#### Тема 8. Доверие как фактор социально-безопасного взаимодействия

1. Какие социальные взаимодействия могут обуславливать возникновение инструментального доверия?
2. Является ли позитивная репутация основанием для формирования доверия на уровне организации?
3. Проанализируйте, почему доверие становится условием социальнобезопасного взаимодействия в современности.
4. Как вы можете объяснить результаты опроса, проведенного американским центром исследований Gallup, которые свидетельствуют о существенном росте в 2014 г. уровня доверия граждан Российской Федерации к деятельности правительства и вооруженных сил?

### Темы рефератов

Тема 1. «Психология безопасности» как наука.

1. Степень востребованности феномена «безопасность» за последние 100 лет.
2. Механизмы психологической защиты.
3. Г. Салливан о корнях психологической безопасности.

Тема 2. Безопасность личности в информационном пространстве

1. Каналы информационного воздействия на человека.
2. Э. Сноудена, «большинство секретов ЦРУ — про людей, а не про машины и системы; и я не чувствовал бы себя безопасно, разгласив то, что могло бы кому-то повредить».
3. Структура интернет-мошенничества.
4. Социальные медиа и наше представление о безопасности.
5. Антиутопический сатирический роман английского писателя Олдоса Хаксли «Дивный новый мир».

Тема 3. Безопасность личности в экстремальных ситуациях

1. Специфика психологической травматизации различных групп субъектов экстремальной ситуации.
2. Боевые действия с позиции бойца. Факторы, определяющие восприятие ситуации как экстремальной.
3. Психофизиологическое состояние жертв насилия.

Тема 4. Стратегии и механизмы формирования психологической безопасности личности.

1. Перечислите составляющие безопасности человека, которые были выделены в рамках программы ООН в 1994 г.
2. Вестфальский мир 1648 г как результат первого современного дипломатического конгресса (собрания).
3. Концепции эмоциональной безопасности.
4. Детско-родительские отношения как типы зависимости и безопасности (В. Блатц).

Тема 5. Социальная стабильность и психологическая безопасность.

1. Эффект «ложного социального согласия».
2. Эффект действительного социального согласия.

Тема 6. Современное общество рисков и психологическая безопасность

1. Проанализируйте, как влияет развитие психологической уязвимости на формирование рискованного поведения.
2. Насколько сильной может быть угроза социальной стабильности России со стороны деформации нравственных ценностей в обществе.

Тема 7. Методы оказания экстренной психологической помощи

1. Человек в условиях автономного существования.
2. Различные направления, формы, методы психотерапии в условиях экстремальной (чрезвычайной) ситуации.
3. Разработайте памятку психологу по самопомощи в экстремальной ситуации.

Тема 8. Доверие как фактор социально-безопасного взаимодействия

1. Как вы можете объяснить результаты опроса, проведенного американским центром исследований Gallup, которые свидетельствуют о существенном росте в 2014 г. уровня доверия граждан Российской Федерации к деятельности правительства и вооруженных сил?
2. Культуры психологической безопасности как мощный фактор безопасности социума.

### Эссе

Тема 1. Психология безопасности как наука.

На основе анализа учебно-методической литературы подготовьте эссе на тему: «Феномен безопасности в обыденном сознании?».

### Типовые задания

Тема 2. Безопасность личности в информационном пространстве

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-8.	УК-8.1.

Задание 1. Взаимодействие человека и информационной среды влечет множество проблем, прежде всего для психологической безопасности самого

человека. Опишите проблемы взаимодействие человека и информационной среды.

№ п/п	Проблема взаимодействие человека и информационной среды	Характеристика проблемы взаимодействия человека и информационной среды
1	Социальная неопределенность	
2	Проблема идентичности	
3	Проблема адаптации к информационному обществу	
4	Свобода доступа к информации и свобода ее распространения	
5	Манипулирование сознанием	

### Ключ ответа

№ п/п	Проблема взаимодействие человека и информационной среды	Характеристика проблемы взаимодействия человека и информационной среды
1	Социальная неопределенность	В отличие от обычной реальности, информационная среда характеризуется значительно большей неопределенностью в силу динамики, скорости подачи информации, ее избыточности, фрагментарности и т.д. «Виртуальная жизнь» человека не имеет привычных рамок для самокатегоризации и ставит необходимым условием задачу самоопределения.
2	Проблема идентичности	Новая информационно-коммуникационная форма привела к изменению представлений людей о самих себе и о других, к изменению самосознания и, как следствие, изменению не только идентичности, но и стратегии ее поиска. Сегодня положение человека в информационном обществе быстро трансформируется и едва ли может надежно служить точкой отсчета в чьей-то жизни. Проблема состоит даже не столько в том, как обрести идентичность и ее признание, сколько в том, какую идентичность выбрать и как сделать другой выбор, если ранее избранная идентичность не работает.
3	Проблема адаптации к информационному обществу	Постоянно усложняющееся информационно-медийное пространство порождает необходимость в появлении нового понимания грамотности, которое предполагает объединение навыков коммуникации и работы с информацией.
4	Свобода доступа к информации и свобода ее распространения	Появляется необходимость государственного регулирования авторских и имущественных прав на программные продукты и базы данных, защиту от противоправных действий в Сети со стороны пользователей.

5	Манипулирование сознанием	Система манипулирования сознанием оказывает значительное воздействие на человека, что может привести к возникновению не только искаженного видения мира, но и к непредсказуемым действиям людей, что является большим риском для общественной безопасности и самосохранения общества в целом.
---	---------------------------	---

### Тема 3. Безопасность личности в экстремальных ситуациях

#### Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-8.	УК-8.2.

Задание 1. Борьба и бегство являются естественным ответом организма на опасность или угрозу. В момент опасности организм вырабатывает определенные гормоны, в частности, кортизол и адреналин, что ведет к изменению вегетативных функций нервной системы: замедлению процесса пищеварения, ускорению частоты сердечных сокращений, притоку крови к основным группам мышц. Все это обеспечивает организму огромный прилив сил и энергии. Проанализируйте алгоритм поведения человека в экстремальной ситуации?

#### Ключ ответа

1. Задержка решения. Результаты исследований показывают, что люди на значительном удалении от угрозы могут демонстрировать менее разумное поведение, чем те, которые сталкиваются с реальным кризисом. Первым кажется, что у них есть запас времени, в результате чего они будут более тщательно выбирать ту или иную стратегию действий.

2. Отказ от действий. Человек может долго не верить в то, что угроза реальна, в результате чего он не предпринимает никаких действий для обеспечения собственной безопасности, пока не станет поздно.

3. Стигматизация. В некоторых случаях жертвы подвергаются стигматизации в своих общинах и игнорируют угрозу. Изоляция перевешивает опасность.

4. Страх и избегание. Страх является важным психологическим фактором в ответ на кризис. Страх перед неизвестным, страх неопределенности достаточно часто встречается в качестве психологической реакции на катастрофу. Страх толкает на иррациональные действия и способы избегания реальной угрозы.

5. Безднадежность, беспомощность. Некоторые люди, понимая реальность угрозы, бездействуют, поскольку считают, что ситуация безвыходна.



Тема 4. Стратегии и механизмы формирования психологической безопасности личности.

Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	ПК-6.	ПК-6.2.
2	ПК-6.	ПК-6.2.

Задание 1. Стратегии обеспечения безопасности образовательной среды опираются на принцип социально-психологической умелости, который предполагает оказание поддержки и помощи в развитии всем участникам образовательного процесса. Перечислите методы обеспечения безопасности в образовательной среде?

Ключ ответа

- предотвращение угроз для позитивного и устойчивого развития личности;
- охрана и поддержание психического здоровья;
- повышение устойчивости к деструктивным воздействиям;
- создание условий для эмоционального, интеллектуального, социального и духовного развития личности;
- повышение удовлетворенности основными характеристиками процесса взаимодействия;
- психологическая защита личности каждого субъекта образовательного процесса;
- помощь в формировании умений, дающих возможность компетентного выбора личностью своего жизненного пути, самостоятельного решения проблем, анализа и прогнозирования ситуаций.

Задание 2. Американская психологическая ассоциация (American Psychological Association), которая изучила психологическую устойчивость людей после террористического акта 11 сентября 2001 г. (серия четырех скоординированных самоубийственных террористических актов, произошедших в США), определяет ее как способность хорошо адаптироваться в условиях неблагоприятной ситуации, такой как травмы, трагедии, угрозы, стрессы, а также конфликты, семейные и межличностные проблемы. Опираясь на исследования Американской психологической ассоциации перечислите 10 шагов формирования психологической устойчивости, описанные в работе «Путь к устойчивости»?.

Ключ ответа

1. Поддерживайте хорошие отношения с членами своей семьи, друзьями и коллегами по работе. Принимайте помощь и поддержку, помогайте другим, когда они нуждаются в этом.

2. Помните, что некоторые кризисы вне вашего контроля. Не воспринимайте кризисы или стрессовые события как нерешаемую проблему. Если вы не можете изменить событие, то можно попытаться поменять свое отношение к ней и способ реагирования.

3. Согласитесь, что изменение является частью жизни и что вам придется адаптироваться к изменяющимся обстоятельствам.

4. Ставьте реалистичные цели и принимайте регулярные небольшие шаги в направлении их достижения. Спросите себя: «Что я могу достичь сегодня?». Не концентрируйтесь на главной цели.

5. Будьте решительным. Делайте то, что вы можете, не избегайте проблем в надежде, что они уйдут сами.

6. Постарайтесь понять свои собственные переживания. Цените то, что вы узнали из этих событий. Ищите возможности самопознания в ситуации потери, трудностей или эмоциональных проблем.

7. Положительно относитесь к себе, будьте уверенным в своих силах и способностях.

8. Сохраняйте долгосрочную перспективу, рассматривая стрессовое событие в более широком контексте.

9. Ожидайте только хорошее, надейтесь на лучшее, с оптимизмом смотрите в будущее.

10. Берегите себя. Заботьтесь о своем физическом здоровье, регулярно делайте упражнения, не забывайте о собственных нуждах и чувствах. Это даст вам силу в борьбе с трудностями.

## Тема 5. Социальная стабильность и психологическая безопасность.

### Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	УК-8.	УК-8.2.

Задание 1. Опросник «Оценка удовлетворенности личности в потребности безопасности» (О. Ю. Зотова)

Инструкция. Данный экспресс-опросник разработан для диагностики удовлетворенности личности в потребности безопасности.

Оцените степень удовлетворенности вашей потребности в безопасности по пятибалльной системе.

Ф.И.О. Пол Возраст

№ п/п	Потребности	В очень большой степени	В большой степени	Средняя	В небольшой степени	Совсем нет
-------	-------------	-------------------------	-------------------	---------	---------------------	------------

		+2	+1	0	-1	-2
1	Потребность в стабильности					
2	Потребность в законе, порядке					
3	Потребность в предсказуемости событий					
4	Потребность в надежной работе со стабильным заработком					
5	Потребность быть любимым, желанным					
6	Потребность быть защищенным от опасностей и враждебного мира					
7	Потребность в защищенности от реальных чрезвычайных обстоятельств (война, общественные беспорядки)					

### Ключ ответа

Суммарное число баллов	Степень удовлетворенности потребности в безопасности
От -9 до -14	Потребность в безопасности полностью не удовлетворена
От -8 до -3	Потребность в безопасности не удовлетворена
От -2 до +2	Потребность в безопасности удовлетворена частично
От +3 до +8	Потребность в безопасности удовлетворена
От +9 до +14	Потребность в безопасности удовлетворена в очень большой степени

## Тема 6. Современное общество рисков и психологическая безопасность

### Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	ПК-6.	ПК-6.1.

Задание 1. Диагностика уровня личностной готовности к риску («PSK» ШУБЕРТА)

Назначение: Методика позволяет оценить степень готовности к риску.

Риск понимается как действие наудачу в надежде на счастливый исход или как возможная опасность, как действие, совершаемое в условиях неопределенности.

Инструкция: Оцените степень своей готовности совершать действия при ответе на каждый из 25 вопросов. Поставьте соответствующий балл за каждый ответ по следующей схеме:

«полностью согласен», «полное да» — +2 балла;

«больше да, чем нет» — +1 балл;

«ни да, ни нет», «нечто среднее» — 0 баллов;

«больше нет, чем да» — -1 балл;

«полностью не согласен» — -2 балла.

«не согласен» — -2 балла.

### Опросник

	Полностью не согласен	Больше да, чем нет	Ни да, ни нет	Больше нет, чем да	Полностью не согласен
1. Превысили бы вы установленную скорость, чтобы быстрее оказать необходимую медицинскую помощь тяжелобольному человеку?					
2. Согласились бы вы ради хорошего заработка участвовать в опасной и длительной экспедиции?					
3. Стали бы вы на пути убегающего опасного взломщика?					
5. Можете ли вы на другой день после бессонной ночи нормально работать?					
6. Стали бы вы первым переходить очень холодную реку?					
7. Одолжили бы вы другу большую сумму денег, будучи не совсем уверенным, что он сможет вам вернуть эти деньги?					
8. Вошли бы вы вместе с укротителем в клетку со львами при его заверении, что это безопасно?					
9. Могли бы вы под руководством извне залезть на высокую фабричную трубу?					
10. Могли бы вы без тренировки управлять парусной лодкой?					
11. Рискнули бы вы схватить за уздечку бегущую лошадь?					
12. Могли бы вы после 10 стаканов пива ехать на велосипеде?					
13. Могли бы вы совершить прыжок с парашютом?					
14. Могли бы вы при необходимости проехать без билета от Пскова до Москвы?					
15. Могли бы вы совершить автотурне, если бы за рулем сидел ваш знакомый, который совсем недавно был в тяжелом дорожном происшествии?					
16. Могли бы вы с 10-метровой высоты прыгнуть на тент пожарной команды?					
17. Могли бы вы, чтобы избавиться от затяжной болезни с постельным режимом, пойти на опасную для					

жизни операцию?					
18. Могли бы вы спрыгнуть с подножки товарного вагона, движущегося со скоростью 50 км/ч?					
19. Могли бы вы в виде исключения вместе с семьей другими людьми подняться в лифте, рассчитанном только на 6 человек?					
20. Могли бы вы за большое денежное вознаграждение перейти с завязанными глазами оживленный уличный перекресток?					
21. Взались бы вы за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо платили?					
22. Могли бы вы после 10 рюмок водки вычислять проценты?					
23. Могли бы вы по указанию вашего начальника взяться за соковольтный провод, если бы он заверил вас, что провод обесточен?					
24. Могли бы вы после некоторых предварительных объяснений управлять вертолетом?					
25. Могли бы вы, имея билеты, но без денег и продуктов, доехать из Москвы до Хабаровска?					

### Ключ ответа

#### Обработка и интерпретация результатов

Подсчитайте сумму набранных вами баллов в соответствии с инструкцией и оцените свой результат.

Общая оценка дается по непрерывной шкале как отклонение от среднего значения. Положительные ответы свидетельствуют о склонности к риску.

Показатели уровня готовности к риску:

Меньше —30 баллов. Низкий.

10 — +10 баллов. Средний.

Свыше 4-20 баллов. Высокий.

Высокая готовность к риску сопровождается низкой мотивацией к избеганию неудач (защите). Готовность к риску связана прямо пропорционально с числом допущенных ошибок. Исследования также показали, что:

- с возрастом готовность к риску падает; у более опытных работников готовность к риску ниже, чем у неопытных;
- у женщин готовность к риску реализуется при более определенных условиях, чем у мужчин;
- у военных командиров и руководителей предприятий готовность к риску выше, чем у студентов;

- с ростом отверженности личности в ситуации внутреннего конфликта растет готовность к риску;
- в условиях группы готовность к риску проявляется сильнее, чем при действиях в одиночку, и зависит от групповых ожиданий.

## Тема 8. Доверие как фактор социально-безопасного взаимодействия

### Номер задания и проверка сформированной компетенции

№ задания	Код компетенции	Код индикатора компетенции
1	ПК-6.	ИПК-6.1.
2	ПК-6.	ИПК-6.1.

Задание 1. Основные компоненты безопасности, основанные на культуре доверия как мощного фактора безопасности образовательной среды. Предложите меры и мероприятия, для решения проблемы доверия, принимаемые субъектами социального взаимодействия в разных общественных ролях и различных ситуациях?

Основные компоненты безопасности образовательной среды	Краткие характеристики компонентов	Меры и мероприятия
Референтная значимость среды	- значимость образовательной среды для ее субъектов	
	- отношение к образовательной среде	
Психологическая защищенность	- защищенность от насилия; - степень удовлетворенности образовательной организацией	
Удовлетворение основных потребностей в личностно-доверительном общении	- личностно-ориентированное взаимодействие субъектов образования - отношения в коллективах	

### Ключ ответа

Основные компоненты безопасности образовательной среды	Краткие характеристики компонентов	Меры и мероприятия
Референтная значимость среды	- значимость образовательной среды для ее субъектов	- наличие кадров, создающих признанные в коллективе образцы управления; - кадры, способные обучать и развивать; - микроклимат, отношение сотрудников; - профилактика эмоциональных нагрузок; - технологии, направленные на повышение

		<p>мотивации к обучению; - программное обеспечение;</p>
	-отношение к образовательной среде	<p>- уровень культуры в коллективе; - стиль обучения, личные качества педагогов; - активность и творчество в коллективе; - стиль взаимодействия с обучающимися есть возможность для самореализации, самоопределения, творчества; -обеспечение учебными пособиями и техническими средствами; -спортивные и культурные, а также вне учебные мероприятия и т. д.</p>
Психологическая защищенность	<p>- защищенность от насилия; - степень удовлетворенности образовательной организацией</p>	<p>На уровне образовательной организации: - использование методов ненасильственного обучения; индивидуальный и дифференцированный подход в обучении; социальная, психолого-педагогическая служба; наблюдение за поведением детей; контактный телефон помощи; вовлечение родителей в жизнь детского сада; консультации и тренинги для педагогов; На уровне группы: - создание групповых правил, направленных против агрессии; - проведение занятий, бесед, упражнений, направленных на снятие агрессивного поведения, на развитие доброжелательных взаимоотношений между обучающимися; На уровне отдельного обучающегося (для педагогов) - проведение индивидуальной беседы с агрессором и жертвой; - беседы с родителями; - оказание психологической помощи;</p>
Удовлетворение основных потребностей в личностно-доверительном общении	<p>-личностно-ориентированное взаимодействие субъектов образования - отношения в коллективах</p>	<p>- толерантные отношения в образовательной среде: - игры, кружки, олимпиады, - конференции, недели психологии; семинары-тренинги для педагогов и родителей; - тренинги для обучающихся, родителей и педагогов; - дни здоровья и т. д.</p>

Задание 2. Почему групповая ориентация и доверие к родителям способствуют восприятию образовательной среды как психологически безопасной для обучающегося?

Ключ ответа

Доверие в китайской традиции.

Китайский ученый Чжан Хэй Хуа в своей книге «Думайте как китайцы» показывает различие во взаимосвязи индивида и группы в странах Запада и в Китае: если в странах Запада провозглашается индивидуальность и всеобщее равенство, то в Китае каждый человек рождается и живет в семье, провинции, этнической группе.

В китайском языке термин «индивид» означает «маленький “Я”» (СЯОВО), в то время как в качестве «большого “Я”» выступает группа (ДАВО). Молодые китайцы до сих пор в соответствии с традицией и на основании доверия родителей выбирают работу.

## Игра-тренинг

### Тема 7. Методы оказания экстренной психологической помощи

Цель игры-тренинга: повысить психологическую компетенцию студентов с использованием способов и методов действий для решения проблемной ситуации безопасного поведения в виде последовательности шагов, оказания экстренной психологической помощи.

Примерное время на реализацию этой технологии — 1 час 30 мин.

Материалы: листы бумаги формата А4 и авторучки по числу участников.

Первый этап.

Ведущий: Уважаемые студенты и гости! Сегодня мы проводим игру-тренинг по психологии безопасности, которую изучали на втором курсе. Мы с Вами изучили острые реакции на стресс в экстремальных ситуациях как апатия, ступор, двигательное возбуждение, агрессия, гнев и злость, нервная дрожь, плач, истерика, страх, тревожность.

В результате изучения курса психологии безопасности, главную ценность представляет не знание психологических теорий, понятий, закономерностей, а лучшее понимание вами внутреннего мира других людей и самих себя в экстремальных ситуациях: усвоение вами психологических средств самопознания и саморазвития, совершенствование своей познавательной деятельности, успешное и гармоничное развитие отношений с другими людьми, а также лучшее понимание себя как личности.

Сегодня мы узнаем, насколько хорошо Вы усвоили пройденный материал и можете ли применять его на практике, т.е. насколько Вы хороший психолог.

Знакомство. Упражнение «Конкурсное имя команды»

Цель: снятие излишнего эмоционального напряжения в группе, создание благоприятных условий для работы группы, выработка совместных норм и принципов работы для данной группы.

Инструкция: "Нам предстоит большая совместная работа, а потому нужно познакомиться и запомнить имя команды. В игре-тренинге нам предоставляется прекрасная возможность, обычно недоступная в реальной жизни, – выбрать имя команды. Ведь часто бывает: кому-то не очень нравится имя, данное ему родителями; кого-то не устраивает форма обращения, привычная для окружающих, а кто-то втайне мечтает о красивом имени, которое носит его кумир. Есть люди, которые имели в детстве забавную кличку и были бы не против, чтобы и сейчас в неформальной обстановке к ним обращались именно так. У вас есть тридцать



секунд для того, чтобы подумать и выбрать для команды игровое имя в соответствии тематике конкурса, и написать его на бейджик. Все участники игры-тренинга (и ведущие тоже) в течение всего тренинга будут обращаться к вам только по этому имени".

Жюри оценивает данный конкурс по 10 бальной системе, рассматривая следующие критерии: соответствие тематике конкурса, слаженность команды, креативность.

## 2 этап игры-тренинга - Разминка «Знание сила»

Инструктаж: Вам необходимо ответить на теоретические вопросы по психологии безопасности.

Ведущий по очереди задает вопросы командам, которые должны в течение 30 секунд дать правильный ответ.

### Задания с эталонами ответов

1. Психология произошла от греческого слова психэ, что обозначает - ?	Душа
2. Психология – это наука, изучающая ...	особенности и закономерности возникновения, формирования и развития психических процессов и состояний.
3. Перечислите высшие психические процессы...	Ощущение, восприятие, память, внимание, мышление, воображение, речь.
4. Назовите отрасль психологии, изучающую психологические закономерности жизни и деятельности человека, связанные с обеспечением безопасного существования и развития?	психология безопасности
5. Что изучает психология безопасности?	применение психологических знаний для обеспечения безопасности жизнедеятельности человека
6. Отметьте вид безопасности, при котором «понимается такое состояние защищенности личности, которое обеспечивает ее сохранность и целостность как активного социального субъекта и способствует развитию в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой»	информационно-психологическая безопасность
7. Как называется психологический процесс, включающий в себя ответ человека на разнообразные стресс-факторы и облегчающий здоровое функционирование личности?	Психологическая устойчивость
8. В некоторых случаях занятие экстримом является проявлением..?	аутоагрессии
9. Назовите ученого, который занимался исследованием потребности повиновения авторитетам?	Стенли Милгрэм
10. Психогенные изменения настроения возникает под влиянием чего..?	приёмом алкоголя, транквилизаторов, наркотиков

11. В течение какого времени после психотравмирующих событий может развиваться посттравматическое стрессовое расстройство.	в течение года после события
--	------------------------------

### 3 этап игры-тренинга «Пойми меня»

Инструктаж: передать информацию невербально.

Ведущий: общение состоит из трех главных элементов: что мы говорим, как мы говорим и как используем язык жестов - причем последний из названных элементов играет чрезвычайно важную роль. Три четверти информации мы передаем друг другу без помощи слов, а с помощью жестов. Задание нашего конкурса состоит в том, чтобы продемонстрировать максимально выразительными жестами психологическое состояние пострадавшего.

На столе лежат 10 мимических масок, демонстрирующих психологическое состояние определенной экстремальной ситуации.

Каждая команда называет номер маски и рассматривает её. Команде необходимо по изображению маски определить неотложное психологическое состояние пострадавшего и «оказать» помощь. Команды записывают ответы на местах и передают ведущему, а затем должны разыграть соответствующую неотложному психологическому состоянию пострадавшего ситуацию, прокомментировать свои ответы разнообразными вариантами жестов, мимикой.

Проработка различных состояний.

«Пострадавший» изучает признаки состояния и инсценирует их. «Спасатель» изучает действия и оказывает первую помощь. На выполнение задания отводится 5-7 минут.

Участники демонстрируют большинство мимики, жестов и разнообразие вариантов представления одного и того же жеста, акцентирует внимание участников тренинга на характерных особенностях состояния пострадавшего, достоверность выполнения состояния, показывают правильные действия.

Завершающая часть тренинга. Рефлексия. Обсуждение чувств участников (по кругу) с акцентом на значимость приобретенной информации.

## **2 ЭТАП – Промежуточная аттестация по итогам освоение дисциплины**

### Список вопросов к зачету с оценкой

1. Назовите объекты психологии безопасности. В каком году и кем было сформулировано первое определение психологии безопасности?
2. Перечислите направления психологии безопасности.
3. Какие виды угроз вы знаете?
4. Перечислите факторы и причины угроз психологической безопасности личности.

5. Назовите виды защит, которые выделяла А. Фрейд.
6. Какие ситуации опасности выделяла М. Кляйн?
7. Кто автор концепции эмоциональной безопасности?
8. Назовите ученого, который отметил, что угроза потери родителей вызывает у ребенка тревогу, а действительная потеря — горе.
9. Назовите типы детско-родительских отношений как типы зависимости и безопасности (В. Блатц).
10. Перечислите составляющие безопасности человека, которые были выделены в рамках программы ООН в 1994 г.
11. Дайте определение экономической безопасности.
12. Дайте определение информационной безопасности.
13. Дайте определение экологической безопасности.
14. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация.
15. Назовите характерное отличие информационного общества от индустриального.
16. Дайте пример информационной утечки, виной которой является человек.
17. Какие проблемы психологической безопасности возникают у человека при взаимодействии с информационной средой?
18. Что можно отнести к угрозам информационной безопасности?
19. Перечислите информационные угрозы, которые представляют опасность для жизни человека.
20. Какие критерии информационно-психологической безопасности существуют?
21. Назовите манипулятивные техники, используемые в СМИ? Приведите примеры.
22. Перечислите защитные техники от манипуляций (по Е. В. Сидоренко).
23. Дайте определение экстремальной ситуации.
24. Назовите эксперименты, которые были направлены на изучение социального поведения личности в экстремальных ситуациях, и их авторов.
25. Что является значимым фактором в возникновении межгрупповых конфликтов?
26. Дайте определение фрустрации.
27. Понятие тревоги и страха. Тревожный ряд.
28. Перечислите этапы психического состояния личности, находящейся в экстремальной ситуации.
29. Назовите характеристики толпы.
30. Назовите особенности поведения личности в толпе.
31. Дайте определение паники.
32. Дайте определение массового психоза.
33. Назовите факторы, которые способствуют формированию массовых психозов.

34. Назовите три основные стратегии человека, попавшего в опасную ситуацию.

35. Субъекты экстремальной ситуации: виды и специфика психологической травматизации.

36. Типология экстремальных ситуаций.

37. Дайте определение виктимного поведения. Приведите пример виктимного поведения.

38. Дайте определение острого стрессового расстройства.

39. Назовите симптомы ПТСР.

40. Дайте определение психологической устойчивости.

41. Назовите три основных элемента, характеризующих психологическую устойчивость (по М. Селигману).

42. Назовите три компонента, которые составляют жизнестойкость (по С. Кобас).

43. Дайте определение психологических защитных механизмов. Приведите примеры.

44. Перечислите механизмы формирования психологической безопасности.

45. Какие четыре уровня безопасности (по С. Блум) должны одновременно реализовываться, чтобы человек чувствовал себя в безопасности в обществе?

46. Кем была разработана модель краткосрочной психодинамической терапии?

47. Относятся ли динамика развития социальных институтов, функциональные преобразования, инвариантность системы к характеристикам стабильности социальных систем?

48. Почему социальная стабильность как определенный характер развития общества обуславливает развитие психологической безопасности?

49. Можете ли вы показать мотивационные основания террористической деятельности?

50. Каким образом концепция риска как ценности объясняет феномен террористической деятельности?

51. Какие социальные взаимодействия могут обуславливать возникновение инструментального доверия?

52. Является ли позитивная репутация основанием для формирования доверия на уровне организации?

53. Проанализируйте связь между трактовкой стабильности как динамического феномена и деятельностным подходом в психологии.

54. Почему важно определить оправданность или неоправданность риска в ситуации? Объясните с позиции психологии безопасности.

55. Проанализируйте, как влияет развитие психологической уязвимости на формирование рискованного поведения.

56. Покажите спектр причин стремления террористов к групповой ответственности.

57. Проанализируйте, почему доверие становится условием социально безопасного взаимодействия в современности.

### Комплекс заданий

#### Общие критерии оценивания

№ п/п	Процент правильных ответов	Оценка
1	86 % – 100 %	5 («отлично»)
2	70 % – 85 %	4 («хорошо»)
3	51 % – 69 %	3 (удовлетворительно)
4	50 % и менее	2 (неудовлетворительно)

#### Задания закрытого типа

##### Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	УК-8.	ИУК-8.1	21	ПК-6.	ИПК-6.1.
2	ПК-6.	ИПК-6.1.	22	ПК-6.	ИПК-6.1.
3	УК-8.	ИУК-8.1	23	УК-8.	ИУК-8.2
4	УК-8.	ИУК-8.1	24	УК-8.	ИУК-8.2
5	УК-8.	ИУК-8.1	25	ПК-6.	ИПК-6.2.
6	ПК-6.	ИПК-6.1.	26	УК-8.	ИУК-8.2
7	УК-8.	ИУК-8.1	27	УК-8.	ИУК-8.2
8	ПК-6.	ИПК-6.1.	28	УК-8.	ИУК-8.2
9	УК-8.	ИУК-8.1	29	ПК-6.	ИПК-6.1.
10	ПК-6.	ИПК-6.2.	30	ПК-6.	ИПК-6.1.
11	УК-8.	ИУК-8.1	31	УК-8.	ИУК-8.2
12	УК-8.	ИУК-8.2	32	ПК-6.	ИПК-6.1.
13	УК-8.	ИУК-8.1	33	УК-8.	ИУК-8.1
14	УК-8.	ИУК-8.2	34	ПК-6.	ИПК-6.1.
15	ПК-6.	ИПК-6.2.	35	УК-8.	ИУК-8.1
16	УК-8.	ИУК-8.2	36	ПК-6.	ИПК-6.2.
17	ПК-6.	ИПК-6.2.	37	УК-8.	ИУК-8.1
18	ПК-6.	ИПК-6.1.	38	УК-8.	ИУК-8.1
19	УК-8.	ИУК-8.1	39	ПК-6.	ИПК-6.2.
20	ПК-6.	ИПК-6.1.	40	ПК-6.	ИПК-6.2.

#### Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ	№ вопроса	Верный ответ
1	1	11	1	21	4	31	2;3;1;4.
2	1	12	3;4;1;2	22	3	32	2
3	2	13	2	23	1	33	2
4	2	14	1;2;4	24	2	34	1

5	3	15	3	25	1-А;2-В;3-Г;4-Б.	35	3
6	1	16	1	26	2	36	1
7	3	17	1-В;2-А;3-Г;4-Б.	27	3	37	2
8	3	18	1	28	2;3;4.	38	1
9	3	19	4	29	2	39	2
10	4	20	1-В;2-А;3-Г;4-В.	30	3	40	4

### Задание № 1

Каким ученым было сформулировано первое определение психологии безопасности?

1. М. А. Котиком;
2. С. И. Ожеговым;
3. Ф. А. Брокгаузом
4. И. А. Ефроном.

### Задание №2

Какой из вариантов определяет психологию безопасности?

1. Отрасль психологии, изучающая психологические закономерности жизни и деятельности человека, связанные с обеспечением безопасного существования и развития;
2. Состояние какого-либо хозяйствующего субъекта, характеризующееся наличием стабильного дохода и других ресурсов, которые позволяют поддержать уровень жизни на текущий момент и в обозримом будущем;
3. Безопасность народа, которая отвечает за целостность государства, а также защищенность жизненно важных интересов личности, общества и государства в различных сферах жизнедеятельности от внешних и внутренних угроз и обеспечивает устойчивое развитие страны;
4. Совокупность природных, социальных, технических и других условий, обеспечивающих качество жизни и безопасность жизни и деятельности проживающего на данной территории населения.

### Задание №3

Кто из ученых утверждал, что потребность в безопасности является основополагающей в развитии ребенка — быть любимым, желанным, защищенным от опасностей окружающей среды?

1. А. Фрейд;
2. К. Хорни;
3. М. Кляйн;
4. М. Спиро;

#### Задание №4

Отметьте, кто из ученых связал паттерны повторения с чувством безопасности?

1. Й. Лангмейер и З. Матейчек;
2. Д. Вайс и Г. Сэмпсон;
3. Ф. А. Брокгауз и И. А. Ефрон.
4. Дж. Боулби.

#### Задание №5

С точки зрения Г. С. Салливана, какие чувства каждый человек стремится избежать?

1. Одиночества;
2. Тревоги;
3. Незащищенности;
4. Страха.

#### Задание №6

Какое психологическое состояние называется эмоциональным напряжением?

1. Напряжение, вызванное конфликтными условиями
2. Напряжение, вызванное необходимостью поддержания готовности рабочих функций в условиях отсутствия работы
3. Связь борьбы мотивов с выбором критериев для принятия решения.
4. Напряжение, связанное с временным снижением работоспособности

#### Задание №7

Кто из ученых, ввел понятие «онтологически защищенная личность»?

1. Э. Фромм;
2. Г. С. Салливан;
3. Р. Лэйнг;
4. К. Гольдштейн.

#### Задание №8

Какое психологическое состояние называется мотивационным напряжением?

1. Напряжение, вызванное конфликтными условиями
2. Напряжение, вызванное необходимостью поддержания готовности рабочих функций в условиях отсутствия работы
3. Связь борьбы мотивов с выбором критериев для принятия решения.
4. Напряжение, связанное с временным снижением работоспособности

#### Задание №9

Назовите ученого, который связывал стремление к безопасности со стремлением к превосходству?

1. А. Маслоу;
2. К. Роджерс;
3. А. Адлер;
4. Э. Фромм.

#### Задание №10

Как проявляются эмоционально-личностные проблемы детей группы риска?

1. В повышенной тревожности;
2. В наличии страхов;
3. В агрессивности поведения;
4. Во всем вышеперечисленном.

#### Задание №11

Отметьте ученого, который описал, как меняются внутреннее состояние человека, его психологическая структура, содержание мира, в котором он живет, т.е. изменяется психологическая ситуация данного конкретного человека в ситуации психологической опасности?

1. К. Левин;
2. Дж. Келли;
3. Л. Секрест;
4. Д. Мак-Клеланд;

#### Задание №12

Ф. Д. Рузвельт выступил перед членами конгресса с речью о «четырех свободах». Отметьте, в каком порядке перечислял Ф. Д. Рузвельт «основополагающие человеческие свободы»?

1. Свобода от нужды;
2. Свобода от страха;
3. Свобода слова и высказываний;
4. Свобода каждого человека поклоняться Богу тем способом, который он сам избирает

#### Задание №13

Укажите, какая страна из нижеперечисленных самая безопасная в 2014 г. (по данным Global Peace Index):

1. Россия;
2. Норвегия;
3. Бразилия;



4. Сирия;

#### Задание №14

Перечислите основные направления и методы психологической поддержки детям группы риска и детям, находящимся в трудных жизненных ситуациях?

1. Совместное проектирование путей преодоления возникших трудностей;
2. Усиление жизненных ресурсов личности;
3. Проведение психологических экспериментов с детьми в качестве испытуемых с научными целями;
4. Формирование навыков безопасной жизнедеятельности

#### Задание №15

Какое состояние психического напряжения, обусловлено выполнением деятельности в особенно сложных условиях?

1. Срыв;
2. Депрессия;
3. Стресс;
4. Нервное перенапряжение.

#### Задание №16

Отметьте вид безопасности, когда «понимается такое состояние защищенности личности, которое обеспечивает ее сохранность и целостность как активного социального субъекта и способствует развитию в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой»:

1. Информационно-психологическая безопасность;
2. Экономическая безопасность;
3. Информационная безопасность;
4. Экологическая безопасность.

#### Задание №17

Установление соответствия между двумя множествами вариантов ответов. Соотнесите к каким признакам стресса относятся перечисленные состояния личности?

1. Физические;
2. Поведенческие;
3. Мыслительные;
4. Эмоциональные.

Варианты ответов:

А) Чрезмерный или недостаточный сон; социальная изоляция, отгороженность;

- Б) Ощущение перегрузки, потери контроля над своей жизнью; раздражительность, вспыльчивость; ажитация, неспособность расслабиться;
- В) Слабость, утомляемость; холодные или потные ладони или ступни;
- Г) Затруднения в принятии решений; ночные кошмары; забывчивость, неорганизованность.

#### Задание №18

Какое определение дал Э. Гидденс понятию «онтологическая безопасность»?

1. Уверенность людей в их самоидентификации и в постоянстве окружающего социального и материального мира, в котором они действуют;
2. Сетевая устойчивая совокупность необходимых и достаточных факторов, надежно обеспечивающих: достойную жизнь каждого человека; защищенность всех структур жизнеспособности семьи, общества и государства; их цели, идеалы, ценности и интересы, их культуру и образ жизни, традиции от неприемлемых рисков, от внутренних и внешних вызовов и угроз;
3. Рост, укрепление солидарности в обществе и усиление сознательных процессов самой личности;
4. Сетевая устойчивая совокупность необходимых и достаточных факторов, надежно обеспечивающих: способность эффективно предотвращать формирующиеся опасности на основе культуры компромисса по поводу благополучия и справедливости для всех;

#### Задание №19

В какой стране впервые появился термин «информационное общество»?

1. США;
2. Россия;
3. Великобритания;
4. Япония.

#### Задание №20

Установление соответствия между двумя множествами вариантов ответов.

Соотнесите какой уровень стресса характеризуется перечисленными паттернами поведения?

1. Эмоционально-поведенческий;
2. Вегетативный;
3. Когнитивный;
4. Социально-психологический.

Варианты ответов:

- А) превентивно-защитной вегетативной активности

- Б) вздрагивание или замирание при громком звуке, хватательные движения рукой в поисках опоры при падении
- В) изменения общения при стрессе;
- Г) изменения мыслительной активности при стрессе.

#### Задание №21

Что из перечисленного является примером возрастающего возбуждения, наблюдаемого при ПТСР?

1. Спокойствие и невозмутимость;
2. Истерика;
3. Паника;
4. Раздражительность и вспышки гнева

#### Задание №22

Выделите направления обеспечения информационно-психологической безопасности личности, которые зависят от самой личности?

1. Ограждающий подход;
2. Контролирующий подход;
3. Личностный подход;
4. Интeрсубъектный подход.

#### Задание №23

Вы находитесь на работе в состоянии сильного стресса, Ваши действия?

1. Привык к такому состоянию, и делать с этим ни чего не буду;
2. Пожалуюсь коллегам на причину, вызвавшую сильный стресс;
3. Воспользуюсь методами саморегуляции;
4. Сниму стресс употребив алкогольный напиток.

#### Задание №24

Кризисные состояния на социально-психологическом уровне могут проявляться в:

1. Личностном росте, связанном с получением нового опыта;
2. Нарушениях коммуникативных функций;
3. Осмыслении собственной смертности;
4. Адаптивных возможностях самого человека.

#### Задание №25

Соотнесите метод психологической саморегуляции с его общими характеристиками?

1. Нервно-мышечная релаксация;

2. Аутогенная тренировка;
3. Идеомоторная тренировка;
4. Сенсорная репродукция образов.

Варианты ответов:

- А) усвоение «навыка отдыха», который позволяет расслабиться в любых напряжённых ситуациях;
- Б) метод заключается в расслаблении с помощью представления образов предметов и целостных ситуаций, ассоциирующихся с отдыхом;
- В) метод основан на обучении возможностям самовнушения, или аутосуггестии;
- Г) метод снижения тонуса мышц и как приём мысленного самопрограммирования в состоянии релаксации.

#### Задание №26

Кто из ученых считал, что люди в толпе становятся иррациональными?

1. Г. Джекобе;
2. Г. Ле Бон;
3. Ф. Г. Олпорт;
4. Л. Росс.

#### Задание №27

Выберите из предложенных вариантов, какое психическое состояние соответствует массовому психозу?

1. Психическое состояние, возникающее в ситуации несоответствия желаний имеющимся возможностям;
2. Психологическое состояние, вызванное угрожающим воздействием внешних условий и выраженное в чувстве неконтролируемого страха или тревоги;
3. Психическая эпидемия, в основе которой лежат подражание и внушение, поражающие группу людей, человек при этом теряет нормальную способность воспринимать, отражать и рассуждать;
4. Эмоциональное состояние, выраженное в чувстве неконтролируемого страха или тревоги.

#### Задание №28

Выберите способы, с помощью которых Вы можете создать у пострадавшего в экстремальной ситуации чувство защищенности при общении?

1. Обнять его;
2. Держать руку пострадавшего в своей руке;
3. Не старайтесь успокоить пострадавшего;
4. Ваша задача – выслушать.

### Задание №29

Выберите из предложенных вариантов, какие действия относятся к экстремальным?

1. Действия, связанные с умственной деятельностью личности;
2. Действия, связанные с осознанной опасностью для человеческой жизни;
3. Действия, связанные с неосознанным игнорированием любой опасности.
4. Действия, связанные с подражанием и внушением.

### Задание №30

В некоторых случаях занятие экстримом является проявлением, какого состояния человека?

1. Страх;
2. Одиночества;
3. Аутоагрессии;
4. Тревоги.

### Задание №31

Определите последовательность действий при оказании помощи человеку при нервной дрожи?

1. Продолжайте разговаривать с ним, иначе он может воспринять ваши действия как нападение;
2. Нужно усилить дрожь;
3. Возьмите пострадавшего за плечи и сильно, резко потрясите в течение 10–15 секунд;
4. После завершения реакции необходимо дать пострадавшему возможность отдохнуть.

### Задание №32

Выберите из предложенных вариантов, какое поведение считается виктимным?

1. Психическое состояние, возникающее в ситуации несоответствия желаний имеющимся возможностям;
2. Поступки или действия человека, так или иначе провоцирующие причинить ему какой-либо вред;
3. Действия, связанные с осознанной опасностью для человеческой жизни;
4. Действия, связанные с неосознанной опасностью для человеческой жизни.

### Задание №33

Назовите ученого, который впервые описал острую реакцию на стресс?

1. К. Куртуа;
2. У. Кэннон;
3. Дж. Форд;
4. Г.Селье.

#### Задание №34

Какое психическое состояние считается посттравматическим стрессовым расстройством?

1. Тяжелое психическое состояние, которое возникает в результате единичной или повторяющихся психотравмирующих ситуаций;
2. Психическое состояние, возникающее в ситуации несоответствия желаний имеющимся возможностям;
3. Психологическое состояние, вызванное угрожающим воздействием внешних условий и выраженное в чувстве неконтролируемого страха или тревоги;
4. Тяжелое физическое состояние.

#### Задание №35

Назовите ученых, которые в качестве стратегии обеспечения психологической безопасности выделяют «первичный надзор» и «вторичное регулирование»?

1. Дж. Сульс, Дж. Макграт, С. Снайдер;
2. Дж. Макграт, Ф. Ротбаум, Дж. Вайс;
3. Ф. Ротбаум, Дж. Вайс, С. Снайдер;
4. Б. Флетчер, Дж. Вайс, С. Снайдер.

#### Задание №36

Какому из предложенных определений соответствует состояние психологической устойчивости?

1. Психологический процесс, включающий в себя ответ человека на разнообразные стресс-факторы и облегчающий здоровое функционирование личности;
2. Психологическое состояние, вызванное угрожающим воздействием внешних условий и выраженное в чувстве неконтролируемого страха или тревоги;
3. Действия, связанные с осознанной опасностью для человеческой жизни;
4. Действия, связанные с осознанной безопасностью для человеческой жизни;

#### Задание №37

Назовите ученых, которые выделяют восемь основных копинг-стратегий?

1. К. Балленджер-Браунинг и Д. К. Джонсон;

2. Р. Лазарус и С. Фолкман;
3. С. Мадди и С. Кобас;
4. Дж. Сульс и Б. Флетчер

#### Задание №38

Назовите ученых, которые разработали модель краткосрочной психодинамической терапии?

1. Р. Маклеод и Дж. Тиннен;
2. К. Холл и Г. Линдсей;
3. С. Блум и М. Эль Хейг;
4. Дж. Сульс и Б. Флетчер

#### Задание №39

Какой из вариантов соответствует состоянию напряжения ожидания?

1. Напряжение, вызванное конфликтными условиями;
2. Напряжение, вызванное необходимостью поддержания готовности рабочих функций в условиях отсутствия работы;
3. Связь борьбы мотивов с выбором критериев для принятия решения;
4. Напряжение, связанное с временным снижением работоспособности, вызванное длительной работой.

#### Задание №40

Какое психологическое состояние можно назвать утомлением?

1. Напряжение, вызванное конфликтными условиями;
2. Напряжение, вызванное необходимостью поддержания готовности рабочих функций в условиях отсутствия работы;
3. Связь борьбы мотивов с выбором критериев для принятия решения;
4. Напряжение, связанное с временным снижением работоспособности.

### Задания открытого типа

Номер вопроса и проверка сформированной компетенции

№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора	№ вопроса	Код компетенции	Код индикатора
1	ПК-6.	ИПК-6.2.	21	ПК-6.	ИПК-6.2.
2	ПК-6.	ИПК-6.2.	22	ПК-6.	ИПК-6.2.
3	ПК-6.	ИПК-6.1.	23	ПК-6.	ИПК-6.2.
4	ПК-6.	ИПК-6.2.	24	ПК-6.	ИПК-6.2.
5	УК-8.	ИУК-8.2	25	УК-8.	ИУК-8.2
6	ПК-6.	ИПК-6.2.	26	УК-8.	ИУК-8.2
7	ПК-6.	ИПК-6.1.	27	УК-8.	ИУК-8.2
8	УК-8.	ИУК-8.2	28	УК-8.	ИУК-8.2

9	УК-8.	ИУК-8.2	29	УК-8.	ИУК-8.2
10	УК-8.	ИУК-8.2	30	УК-8.	ИУК-8.2
11	УК-8.	ИУК-8.2	31	УК-8.	ИУК-8.2
12	УК-8.	ИУК-8.2	32	ПК-6.	ИПК-6.2.
13	ПК-6.	ИПК-6.1.	33	УК-8.	ИУК-8.1
14	ПК-6.	ИПК-6.2.	34	УК-8.	ИУК-8.2
15	ПК-6.	ИПК-6.2.	35	УК-8.	ИУК-8.1
16	ПК-6.	ИПК-6.2.	36	УК-8.	ИУК-8.2
17	ПК-6.	ИПК-6.1.	37	УК-8.	ИУК-8.2
18	УК-8.	ИУК-8.2	38	ПК-6.	ИПК-6.2.
19	УК-8.	ИУК-8.2	39	ПК-6.	ИПК-6.1.
20	УК-8.	ИУК-8.2	40	ПК-6.	ИПК-6.1.

### Ключ ответов

№ вопроса	Верный ответ
1.	<p>Адаптационный стресс, как совокупность адаптационных реакций организма, носящих общий защитный характер.</p> <p>Осуществление наблюдения за протеканием процесса адаптации ребенка: индивидуальные беседы с ребенком, родителями, учителями, сверстниками. Создание ситуации успеха в учебной и внеучебной деятельности: оказание помощи в поиске личностного смысла учения, привлечение ребенка к различным делам и мероприятиям (по интересам)</p>
2.	<p>Трудности в общении подростков со сверстниками и взрослыми может влиять на успешность их обучения, поведение, у детей могут возникать аффективные переживания и т.п.</p> <p>Педагогу-психологу целесообразно инициировать внеплановый психолого-педагогический консилиум с участием классного руководителя, учителей-предметников и родителей с целью выработки коллегиального решения о направлениях психолого-педагогического сопровождения обучающегося.</p> <p>Работа психолога с подростками, которые имеют трудности в общении, должна быть ориентирована не только на самого подростка (в плане развития у него навыков общения, помощи в осознании собственных проблем, связанных с общением), но и на учителей, и родителей, способных увидеть проблемы общения подростка со сверстниками глазами самого ребенка.</p> <p>Деятельность педагога-психолога состоит из нескольких направлений: диагностическая; профилактико-просветительская и консультативная; коррекционно-развивающая работа.</p>
3.	Информировать подростка о его ответственности за планируемые к совершению действия и о своей обязанности сообщить администрации о существующей угрозе здоровью сотрудника школы.
4.	Эмоциональное состояние юноши и действия родителей во взаимосвязи с поведением ребёнка.
5.	<p>Анализ и актуализация имеющихся профилактических ресурсов;</p> <p>1) информационно-просветительская деятельность и организационно-методическая работа с педагогическими работниками;</p> <p>2) организация превентивного образования школьников и внедрение профилактических образовательных программ;</p> <p>3) профилактическая работа с обучающимися;</p> <p>4) организация и проведение мониторинговых исследований;</p> <p>5) организация деятельности общественных наркопостов;</p> <p>6) работа с семьей</p>
6.	<p>Степень психологической безопасности образовательной среды и факторы риска</p> <p>Степень психологической комфортности определяется по преобладающему эмоциональному состоянию (эмоциональному благополучию) участников образовательных отношений при нахождении в образовательной организации и социально-психологическому климату в учебных и педагогических коллективах и в организации в целом.</p> <p>Об эмоциональном благополучии в образовательной организации свидетельствует положительно окрашенное эмоциональное самочувствие обучающихся, педагогов и родителей в стенах учреждения: чувство внутренней гармонии между потребностями и их удовлетворением, нормальный уровень ситуативной и личностной тревоги, оптимальный уровень активности и работоспособности, возможность и готовность адекватно действовать в различных жизненных</p>



	<p>ситуациях, наличие хорошего настроения, эмоциональная устойчивость (самообладание), минимизация чувства страха, свободное, естественное проявление чувств, управление негативными эмоциями и контроль реакций; принятие роли ученика и системы предлагаемых образовательной организацией ценностей.</p> <p>Социально-психологический климат – это устойчивое состояние группы, относительно стабильный и типичный для нее эмоциональный настрой, проявляющийся в отношении друг к другу, к труду, к окружающим событиям и к организации в целом на основании индивидуальных, личностных ценностей и ориентаций, и который отражает реальную ситуацию внутригруппового взаимодействия и межличностных отношений.</p>
7.	<p>Повышение метапредметных образовательных результатов обучающихся.</p> <p>Главной целью современного образования является развитие и воспитание интеллектуальной, свободной, мобильной, нравственной и творческой личности. В свете международных критериев измерения качества системы образования, на одно из первых мест выходит проблема формирования мобильности, умения работать с информацией, принимать решения в нестандартных ситуациях.</p>
8.	<p>При выявлении признаков употребления подростка в состоянии опьянения в связи с употреблением алкоголя и психоактивных веществ, наиболее оправданы следующие действия педагогического работника образовательной организации:</p> <p>Основаниями полагать, что учащийся находится в состоянии алкогольного опьянения и (или) состоянии, вызванном потреблением наркотических средств, психотропных веществ, их аналогов, токсических или других одурманивающих веществ являются: любые утверждения, что учащийся употреблял алкогольные, слабоалкогольные напитки или пиво, наркотические средства, психотропные вещества, их аналоги, токсические или другие одурманивающие вещества; наличие запаха алкоголя изо рта несовершеннолетнего, выраженного растительного и (или) химического запаха от его одежды; нарушение речи, походки, способности сохранять равновесие; двигательная расторможенность или заторможенность; необычное поведение, необъяснимое внешними обстоятельствами; нарушение словесного контакта; странные высказывания, не согласующиеся с реальными обстоятельствами.</p> <p>При выявлении у обучающегося трех и более из выше перечисленных признаков несовершеннолетнего необходимо изолировать от основной массы учащихся в отдельное помещение.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Устранить из ближайшего окружения опасные предметы, которые могут быть использованы для причинения вреда его здоровью либо для совершения агрессивных действий в отношении окружающих, не допускать в адрес учащегося высказывания угроз либо физического воздействия.</li> <li>2. Немедленно поставить в известность руководителя школы.</li> <li>3. Немедленно известить родителей подростка или лиц, их заменяющих, о случившемся.</li> <li>4. Пригласить инспектора подразделения по делам несовершеннолетних для принятия соответствующих мер реагирования в установленном порядке.</li> <li>5. Срочно вызвать медицинского работника школы. Медработник должен оценить общее состояние несовершеннолетнего и зафиксировать данные осмотра в школьной медицинской карте.</li> <li>6. Если общее состояние учащегося оценивается как состояние острого алкогольного, наркотического или токсического опьянения – вызвать бригаду скорой медицинской помощи.</li> <li>7. Нецелесообразно проведение самостоятельного немедленного разбирательства о причинах и обстоятельствах употребления алкоголя, наркотиков или других одурманивающих веществ.</li> </ol>
9.	<p>Информировать подростка, что данная ситуация попадает под категорию противозаконных и информация будет доведена до администрации без указания источника.</p>
10.	<p>Остановитесь, сделайте несколько спокойных вдохов и выдохов, обратите внимание на ваши мысли, ощущения.</p> <p>Планируйте свой день, включая рабочие и личные задачи.</p> <p>Отмечайте, что было сделано, изменено, отложено. Мозгу нужна большая структурированность и прозрачность действий, по которому вы движетесь в течение дня.</p> <p>Ощущение общности придает сил, энергии, вселяет чувство, что вместе легче справиться.</p> <p>Быстрые задачи выполняйте одну за одной, потом после небольшой паузы переходите к более длительной задаче, когда вам нужно что-то всерьез обдумать, найти нетривиальное решение.</p>
11.	<p>Агрессия зачастую является маскировкой страха, способом его избегания.</p> <p>Люди, тяжело справляющиеся со стрессами, они в меньшей степени способны контролировать свое поведение. Им свойственно выплескивание своих отрицательных эмоций, речевая агрессия, многие могут ломать и кидать всё, что им попадает под руку, а некоторые могут даже применить физическую силу. У таких людей более низкая адаптация к социальной среде.</p> <p>Человек, переживающий подобное состояние, нуждается в помощи. В психологии такой вид помощи называется экстренной психологической помощью. Оказывать помощь людям,</p>

	находящимся в состоянии острой стрессовой реакции, часто приходится тем, кто находится с ними рядом, и от того, как будет оказана такая помощь, зависит то, как пострадавший будет жить дальше.
12.	<p>Переключение внимания на другой объект.</p> <p>Непосредственными насильниками и убийцами оказывается сравнительно небольшая часть индивидов, составлявших толпу. Другие их активно поддерживают (поощрительными выкриками, улюлюканьем и т.д.), ещё больше людей поддерживают пассивно, а на самой периферии — досужие зеваки; там уже обнаруживаются, скорее, свойства окказиональной толпы. Но вся эта масса придает ядру силу мотивации, дополненную ощущением анонимности и безнаказанности...</p> <p>Поэтому психологическое воздействие на толпу извне мы обычно рекомендуем нацеливать на периферию, внимание которой легче переключается.</p>
13.	<p>На этом гуманистическом пути вектор культуры доверия приближается к развитию культуры психологической безопасности, что обогащает систему безопасного взаимодействия, групповой динамики и систем мотивации.</p> <p>Практика социально-безопасного взаимодействия демонстрирует возможность вектора доверия в отношении многих образовательных субъектов, обладающих положительным имиджем и высокой репутацией в обществе (известные ученые, авторитетные научные издания, престижные университеты), которые в своей деятельности делают упор на выполнение своих обязательств, на профессиональную честь и стремление оправдать доверие своих студентов, читателей, авторов, потребителей и др.</p>
14.	<p>Основные факторы риска и угроз дестабилизации личности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- слабое физическое развитие обучающегося;</li> <li>- проявление агрессивности со стороны одноклассников.</li> </ul> <p>Необходимо найти хотя бы одну сильную сторону такого ребенка и именно с этой стороны показать его одноклассникам.</p>
15.	<p>Тяжелая психологическая травма (развод родителей).</p> <p>Семейные факторы риска:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- нестабильная структура семьи, развал семьи</li> <li>-нарушение базовой потребности чувства любви со стороны каждого родителя</li> </ul> <p>Не афишировать проблему, проявить внимание и поддержку ребенку, работать индивидуально.</p>
16.	<p>Основные факторы риска и угроз дестабилизации личности:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- отсутствие доверительных отношений;</li> <li>-отсутствие поддержки, понимания, внимания и уважения;</li> <li>-личностные особенности педагога:</li> <li>- недоброжелательность,</li> <li>-невнимание к ребенку со стороны родителей</li> </ul> <p>Необходимо проявить внимание и поддержку ребенку, работать индивидуально.</p>
17.	<p>Основные факторы риска и угроз дестабилизации личности:</p> <p>личностные качества педагога: придирчивость, авторитарный характер отношений, завышенные требования к ребенку</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- эмоциональное выгорание педагога;</li> <li>-профессиональное выгорание педагога.</li> </ul> <p>Необходима психологическая помощь педагогу.</p>
18.	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Необходимо собрать подробную информацию о произошедшей конфликтной ситуации, пообщавшись с каждым педагогом лично. При этом нужно постараться свести к минимуму негативные эмоции, которые они испытывают по отношению друг к другу; выяснить объективную причину конфликта.</li> <li>2. На основе полученной от участников конфликта информации следует оценить ситуацию, воздержавшись от субъективного взгляда на проблему (это будет непросто, т. к. одна из сотрудниц - новый член педагогического коллектива).</li> <li>3. Исходя из опыта разрешения подобных ситуаций, определить, какой способ урегулирования конфликта между членами педагогического коллектива является наиболее конструктивным в данный момент.</li> <li>4. Составить план действий по урегулированию конфликта: провести беседу с педагогом дополнительного образования, во время которой необходимо подчеркнуть, что ее профессиональные качества оценены руководством по достоинству, а также объяснить, что под угрозой срыва важное для ВУЗа мероприятие; обсудить ситуацию с преподавателем. Во время разговора нужно сделать акцент на том, что ее профессионализм ценится администрацией ВУЗа, но ей не стоит вмешиваться в работу других специалистов. Каждый сотрудник отвечает за деятельность в рамках своей компетенции; определить перспективы взаимодействия коллег в будущем. Чтобы не прерывать процесс подготовки</li> </ol>

	<p>научного мероприятия, оптимальным вариантом будет поручить сопровождение занятий с данной группой другому преподавателю (до тех пор, пока личные отношения между участниками конфликта не будут налажены).</p> <p>5. Приступить к реализации намеченного плана</p>
19.	<p>1. Если человек подготовлен, то данное экстремальное событие встроено в его когнитивную схему и решение о необходимых действиях приходит в течение доли секунды.</p> <p>2. Если существует несколько вариантов возможных действий, выбор правильного поведения может занять одну-две секунды.</p> <p>3. Если подходящего ответа не существует, поведенческая схема должна быть создана заново. Это займет не менее 8—10 секунд при оптимальных условиях.</p>
20.	<p>Б. Уорф, принимая за основу концепцию Э. Сепира о влиянии языка на мышление, конкретизирует ее в своих исследованиях некоторых индейских языков и культур и их сравнении с европейскими языками и культурой. Уорф пишет: «Мы расчлняем природу в направлении, подсказанном нашим родным языком. Мы выделяем в мире явлений те или иные категории и типы совсем не потому, что они (эти категории и типы) самоочевидны; например, мир предстает перед нами как калейдоскопический поток впечатлений, который должен быть организован нашим сознанием, а это значит в основном — языковой системой, хранящейся в нашем сознании».</p> <p>Советский ученый Ительсон Л.Б., рассуждая о гипотезе Уорфа, говорит, что, с одной стороны, она вроде бы верна: бесчисленные факты свидетельствуют, что язык действительно организует реальность в определенные категории.</p> <p>С другой стороны, Ительсон категорически против того, что Уорф рассматривает язык как первичный фактор, который определяет восприятие, представление и понимание мира. По мнению советского психолога, первичны свойства реального мира и практика людей, которая эти свойства обнаруживает. «Язык лишь отражает в своей структуре определенные действительные свойства и отношения реальности. Он устроен так, как устроен реальный мир. Так что, в конечном счете, не язык, а подлинные свойства реального мира определяют, как его воспринимает и представляет человек».</p>
21.	<p>В качестве стратегии может быть предложен следующий алгоритм действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- разговор в отдельности с каждой из конфликтующих сторон, определение отношений друг к другу, причин буллинга, взаимных претензий;</li> <li>- согласование с каждой из сторон пути решения проблемы, время и места взаимной встречи;</li> <li>- организация и проведение совместной встречи с обеими конфликтующими сторонами, высказывание (в спокойной форме) взаимных претензий, выработка стратегии бесконфликтного поведения, отговаривание соглашения о бесконфликтном поведении и санкций в случае их нарушения.</li> </ul> <p>Рекомендации для подростка, подвергающегося травле в школе:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- не нужно провоцировать обидчиков;</li> <li>- проговорить проблему со значимым взрослым;</li> <li>-общаться с обидчиками в спокойном и уверенном тоне;</li> <li>-постараться найти поддержку и прийти к комиксу;</li> <li>- не применять силу и угрозу при решении конфликтов;</li> <li>- обратиться к психологу или медиатору который поможет решить сложившуюся ситуацию.</li> </ul>
22.	<p>Дедушку является травмирующим фактором для ребенка. Дедушка должен быть изолирован. При этом стоит также учитывать, что с бабушкой будут работать правоохранительные органы и лишнее внимание ребенку в данный момент не нужно.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Нельзя впадать в панику, особенно при ребенке, и говорить, что жизнь кончена.</li> <li>2. Ни в коем случае нельзя делать вид, что ничего не произошло.</li> <li>3. С ребенком надо поговорить, дать ему выговориться, но не сводить все к тому, что все нормально.</li> <li>4. Нельзя срывать на ребенке или говорить, что он сам виноват.</li> <li>5. Нельзя задавать вопросы типа: «Почему ты не убежал?», «Почему ты туда пошел?» и прочее.</li> <li>6. Не надо заниматься самобичеванием, считать себя плохим родителем и казнить за то, что не уберег ребенка или неправильно воспитал.</li> </ol>
23.	<p>Работа психолога в данной ситуации будет направлена на воздействия психотравмирующего фактора. Сначала необходимо обеспечить безопасность ребенку и снизить риск повторения травмирующих ситуаций. Основные методы работы с детьми получившими травму:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Основные усилия должны быть направлены на формирование у ребенка чувства безопасности во взаимодействии (проявление позитивного отношения, внимание к его переживаниям потребностям, снижение тревожности за счет того, что специалист объясняет весь процесс взаимодействия). Работа должна быть регулярной и постоянной (в противовес картины мира ребенка с непостоянствами, нестабильностью, ненадежностью)</li> <li>2. После установления доверительных отношений ребенок может начать проверять их, проявляя</li> </ol>

	<p>гнев, агрессию, другие негативные реакции и ожидая отрицательного отношения к себе. Важно дать понять ребенку, что как бы он не поступал, его не отвергнут, но и не допустят насильственных действий. Обсуждение таких моментов позволяет сформировать более позитивные ожидания и достичь изменений в общении ребенка с окружающими.</p> <p>3. После проведения диагностических процедур ребенок может воспринять прекращение работы как подтверждение того, что его рано или поздно бросят. Психологу необходимо убедить ребенка в том, что это только завершение очередного этапа работы и того, что он достиг каких-либо успехов, а не тем, что он как-то неправильно ведет себя.</p> <p>4. Специалисту необходимо помнить то, что дети могут не иметь достаточного запаса слов для выражения своих переживаний, поэтому необходимо помочь ребенку обучиться распознаванию эмоций. Психолог может сам называть их.</p>
24.	<p>В данной ситуации работу педагогу-психологу целесообразно проводить в следующих направлениях:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>· во-первых, выявить лидеров неформальных групп среди старых и новых сотрудников; налаживание нормальных отношений между лидерами этих групп будет способствовать оздоровлению психологического климата в школе;</li> <li>· во-вторых, стараться донести до молодых сотрудников установку, что игнорировать опыт старшего опытного поколения нецелесообразно, а до старших сотрудников – что бояться перемен и новых веяний со стороны только что отучившейся молодежи также не стоит; оптимальное объединение опыта и новых взглядов на старые проблемы – это залог долгосрочного успеха предприятия;</li> </ul> <p>Педагогу-психологу необходимо провести консультирование по вопросам предотвращения или преодоления последствий различных конфликтов.</p>
25.	<p>Симптомы при острой стрессовой реакции: человек может находиться в состоянии оглушенности (то есть неспособности воспринимать информацию и события, анализировать их и каким-то образом реагировать), могут также наблюдаться тревога, гнев, страх, отчаяние, двигательное возбуждение, апатия и т.д.; эти симптомы проходят быстро (от нескольких часов до нескольких суток); есть четкая временная связь (несколько минут): симптомы появляются вслед за стрессовым событием.</p> <p>Острая стрессовая реакция это нормальная реакция на ненормальные обстоятельства.</p> <p>К острым стрессовым реакциям относятся следующие виды:</p> <p>1. Истерика. 2. Агрессия. 3. Психомоторное возбуждение. 4. Ступор. 5. Страх. 6. Апатия. 7. Нервная дрожь. 8. Плач. 9. Чувство вины 10. Чувство стыда 11. Гнев, злость. 12. Тревога.</p>
26.	<p>Оказывать помощь при острых стрессовых реакциях нужно только в том случае, если это необходимо для ведения работ и если вы чувствуете, что обладаете необходимыми ресурсами для ее оказания.</p> <p>Пострадавшие часто не критичны к своим действиям, поэтому их поведение может быть опасным для окружающих например, применение физической силы. Поэтому, прежде чем оказывать психологическую помощь, необходимо сделать все возможное для обеспечения собственной безопасности.</p> <p>Ваша безопасность должна быть максимальной при возникших условиях.</p> <p>Основной принцип оказания помощи «не навреди».</p> <p>Воздержитесь от каких-либо действий, если не уверены в их правильности.</p> <p>Если вы оценили состояние пострадавшего и понимаете, что у вас недостаточно ресурсов для оказания помощи или вы не можете справиться один, - обратитесь к коллегам за помощью. Это будет безопаснее и для вас, и для пострадавшего.</p> <p>Находясь рядом с человеком с острой стрессовой реакцией, не теряйте самообладания. Вы можете столкнуться с различными эмоциональными реакциями и поступками. Они могут быстро сменять друг друга.</p> <p>Помните, что это нормальная реакция на ненормальные обстоятельства.</p> <p>Необходимо позаботиться о медицинской помощи пострадавшим.</p> <p>При необходимости вызовите медицинского работника. Однако помните, что не всегда медицинская помощь может быть оказана незамедлительно. (ожидание медиков, пострадавший изолирован и пр.).</p>
27.	<p>Агрессивное поведение опасно, поскольку пострадавший может нанести вред себе и окружающим его людям. Агрессивное поведение характеризуют:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• раздражение, недовольство, гнев (по любому, даже незначительному поводу);</li> <li>• нанесение окружающим ударов руками или какими-либо предметами;</li> <li>• словесные оскорбления, брань;</li> <li>• мышечное напряжение, увеличение кровяного давления.</li> </ul> <p>Для оказания помощи важно помнить о следующем:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- сохраняйте спокойствие, не демонстрируйте сильных эмоций;</li> </ul>

	<p>- не демонстрируйте эмоциональных реакций в том случае, если вы слышите оскорбления и брань, обращенную в вашу сторону;</p> <p>- не вступайте с пострадавшим в споры и не противоречьте ему;</p> <p>- если вы чувствуете внутреннюю готовность, отойдите с пострадавшим от окружающих и дайте ему возможность выговориться.</p>
28.	<p>Признаки двигательного возбуждения.</p> <p>При реакции психомоторного возбуждения пострадавший перестает понимать, что происходит вокруг него.</p> <p>Единственное, что он может делать, это двигаться. Движения могут быть совсем простые («или достаточно сложные»).</p> <p>Признаки психомоторного возбуждения:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• движения резкие;</li> <li>• бесцельные и бессмысленные действия;</li> <li>• ненормально громкая речь;</li> <li>• часто отсутствует реакция на окружающих.</li> </ul> <p>Необходимо привлечь внимание пострадавшего к себе;</p> <p>-говорить необходимо спокойным голосом,</p> <p>-не спорить, в разговоре избегать фраз с частицей «не»;</p> <p>-указания пострадавшему должны формулироваться четко и коротко.</p> <p>Если ему удастся выполнить их это необходимо поощрить.</p> <p>Необходимо помнить, что психомоторное возбуждение может смениться нервной дрожью, плачем, а также агрессивным поведением.</p>
29.	<p>Апатия - это непреодолимая усталость, такая, что любое движение, слово дается пострадавшему с огромным трудом. На заданные вопросы пострадавший отвечает не с первого раза.</p> <p>При апатии наблюдаются:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• полное равнодушие и безразличие;</li> <li>• отсутствие каких бы то ни было эмоциональных проявлений;</li> <li>• медленная речь с большими паузами;</li> <li>• вялость и заторможенность в поведении.</li> </ul> <p>Помощь при апатии оказывается следующим образом:</p> <p>Можно предложить какую то умеренную физическую нагрузку (пройтись пешком, принести чай или воду).</p> <p>Проводить пострадавшего к месту отдыха, помочь ему удобно устроиться (обязательно снять обувь).</p> <p>Важно дать человеку возможность поспать или просто полежать.</p>
30.	<p>Состояние страха, которое характеризуется следующими признаками:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-напряжением мышц (особенно лицевых);</li> <li>- сильным сердцебиением;</li> <li>- учащенным поверхностным дыханием;</li> <li>- сниженным контролем собственного поведения.</li> </ul> <p>Помощь пострадавшему в состоянии страха осуществляется следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-необходимо использовать основные приемы общения с пострадавшими;</li> <li>-нужно дать пострадавшему ощущение большей безопасности;</li> <li>-при необходимости информировать пострадавшего о ходе спасательных работ.</li> </ul>
31.	<p>Нервная дрожь.</p> <p>За счет этой неконтролируемой нервной дрожи тело «сбрасывает» напряжение.</p> <p>Если эту реакцию остановить, то напряжение останется в теле и может стать причиной мышечных болей и приводить к развитию заболеваний.</p> <p>Для нервной дрожи характерно:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-внезапное начало (сразу после инцидента или спустя небольшое время);</li> <li>-сильное дрожание всего тела или отдельных его частей.</li> </ul> <p>Помощь при нервной дрожи:</p> <p>Нервной дрожи необходимо дать состояться, поскольку в целом эта реакция адаптивная. При появлении возможности необходимо передать пострадавшего медикам. Нельзя препятствовать проявлению нервной дрожи, физически ее останавливать.</p> <p>Не верным будет обнимать или прижимать пострадавшего к себе, укрывать его, успокаивать, говорить, чтобы он взял себя в руки.</p>
32.	<p>Подростки, находящиеся в тяжелой жизненной ситуации и переживающие целый комплекс негативных эмоций, начинают задумываться о самоубийстве. Они испытывают замешательство. Несмотря на то, что их переполняет чувство безнадежности, безысходности, они могут неосознанно «сигнализировать» окружающим о своих намерениях. Подоплека всех их действий такова, чтобы найти кого-нибудь, кто принесет им чувство облегчения и безопасности. Педагогам необходимо быть внимательными к этим «знакам», чтобы не упустить возможность</p>

	<p>предотвратить формирующееся суицидальное поведение.  Алгоритм действий психолога при обнаружении деструктивной информации.  Шаг первый – необходимо скопировать ссылку противоправного сайта.  Шаг второй – зайти на сайт Федеральной службы по надзору в сфере связи, информационных технологий и массовых информации (Роскомнадзор - <a href="http://www.eais.rkn.gov.ru">www.eais.rkn.gov.ru</a>) и выбрать вкладку «Прием сообщений».  Шаг третий - нажимая на вкладку, вы попадете на страницу, предлагающую «Подать сообщение о ресурсе, содержащем запрещенную информацию». В строку «Указатель страницы сайта в сети «Интернет» нужно вставить ссылку противоправного сайта.  Шаг четвертый - в строке «Тип информации» выбрать, например, «Признаки призыва к самоубийству». Если вы умеете делать скриншоты, то можете добавить само изображение потенциально опасной страницы, если нет, то необходимо просто указать вид информации, как предложено в таблице: «видеоизображение», «фотоизображение», «текст», «online-трансляция», «другая информация».  Шаг пятый - вам предложат заполнить личные данные заявителя, но данные вкладки не являются обязательными к заполнению.  Шаг шестой - если вы желаете получить от ведомства официальный ответ, вам нужно написать адрес своей электронной почты поставить галочку в разделе «Направить ответ по эл. почте».  Шаг седьмой – необходимо ввести код с картинки и нажать строку «Направить сообщение». В течение одного месяца вам придет ответ Роскомнадзора относительно вашего сообщения.</p>
33.	<p>- Экономический аспект: неспособность и нежелание отвлечься даже на короткое время от работы в Интернете; досада и раздражение, возникающие при вынужденных отвлечениях, и навязчивые размышления об Интернете в такие периоды; стремление проводить за работой в Интернете все увеличивающиеся промежутки времени и неспособность спланировать время окончания конкретного сеанса работы, побуждение тратить в Интернете все больше денег, не останавливаясь перед влезанием в долги;  - межличностный аспект: готовность лгать друзьям, членам семьи, преуменьшая длительность и частоту работы в Интернете, способность и склонность забывать при работе в Интернете о домашних делах и учебе, важных личных встречах, пренебрегая занятиями; стремление и способность освободиться на время работы в Интернете от ранее возникнувших чувств вины или беспомощности, от состояний тревоги или депрессии, обретение ощущения эмоционального подъема и своеобразной эйфории; нежелание принимать критику подобного образа жизни; готовность мириться с потерей друзей и круга общения из-за поглощенности работой в Интернете;  - аспект здоровья: резкое сокращение длительности сна, избегание физической активности, пренебрежение личной гигиеной, постоянное забывание о еде;  - за проявлениями зависимости от Интернета нередко скрываются другие аддикции либо психические отклонения.</p>
34.	<p>Существуют определенные признаки результативности консультирования, выделенные Р.С. Немовым:  - Субъективное совместное чувство удовлетворения после психологической консультации, как у психолога-консультанта, так и у клиента;  - Субъективная удовлетворенность подтверждается объективными данными (изменением отношения к проблеме у клиента, результатами психологического исследования);  - Наличие положительных изменений, которые и были целью психологического консультирования.  Если влияние на один аспект изменило другой (например, положительные изменения на личностном плане в положительную сторону изменили межличностные отношения).</p>
35.	<p>Весь мир опутала всемирная сеть, глобальная «паутина». Согласитесь, звучит немного страшновато, почти как начало фильма ужасов. Но практически любому современному человеку понятно, что речь идет об Интернете. Определиться с тем, хорош ли он или плох, довольно сложно. Я думаю, что всё зависит от цели его использования, а также от личности пользователя. И этому есть ряд доказательств.  Во-первых, Интернет содержит «горы» информации, полезной и пустой, истинной и ложной. Определить правдивость информации порой очень сложно, так что не стоит полностью доверять ей.  Во-вторых, Сеть предоставляет огромные возможности свободного общения. Мы можем общаться, находясь в другом городе, другой стране, на другом континенте, то есть на большом расстоянии от своего собеседника. В социальных сетях у каждого пользователя множество «друзей». Кажется, это замечательно! Но все ли так называемые наши друзья таковыми являются? Среди них встречаются малознакомые или даже почти незнакомые люди.  В-третьих, выложив в Сеть информацию личного характера, мы не можем быть уверены в её неприкосновенности. В какие руки она попадет и как ею могут воспользоваться? Этот вопрос</p>

	<p>остается открытым, и однозначно ответить на него нельзя.          Можно долго рассуждать о пользе и вреде Интернета, приводить множество примеров и доводов. Ясно одно: Интернет – это часть жизни современного человека. Он предоставляет нам массу возможностей, а во благо или во вред мы будем их использовать, дело каждого из нас.</p>
36.	<p>Избегание (уход) - это поведение в конфликтной ситуации, которое выражается самоустранением, игнорированием или фактическим отрицанием конфликта.          Причиной выбора этой стратегии может являться: неуверенность в себе и своих силах, боязнь проиграть; неопределенность собственной позиции по данному конфликтному вопросу; стремление выиграть дополнительное время для серьезной подготовки к участию в конфликте; отсутствие полномочий, времени.          Если Вы выбрали избегание в качестве своей стратегии поведения, то Вы сэкономите время и «нервные клетки», но можете лишиться в дальнейшем влияния на ход событий. Конфликт либо решится без учета Ваших интересов, либо не решится и будет разрастаться и углубляться.          Однако в ситуации, не затрагивающей напрямую Ваших интересов, уход может быть полезен. Вполне вероятно, что если Вы попытаетесь проигнорировать конфликт, не выражать своего отношения к нему, то проблема решится сама собой. Если нет, то Вы сможете заняться этим позже, когда будете готовы к этому.</p>
37.	<p>В интересах дела постараетесь вызвать студента на откровенный разговор, попытаетесь найти с ним общий язык, настроить на деловой лад;          Попытаетесь проанализировать ситуацию и разобраться в том, не совершаете ли Вы сами ошибок во взаимоотношениях со студентами, а потом уже решите, как поступить.          Данные шаги позволят преподавателю осуществить самоанализ и саморегуляцию, а также продуктивное психолого-педагогическое воздействие на обучающегося, основанное на индивидуальном подходе.</p>
38.	<p>Героиня данной ситуации относится к группе старших подростков, так как структура "Я" включает жизненные планы, ценности, идеалы, самооценку психологических качеств личности, внешнего вида и отношения со сверстниками противоположного пола.          Младший подростковый возраст характеризуется появлением чувства взрослости, что проявляется в подражании внешним признакам взрослости, наиболее типичным проявлением этого периода является идентификация, слияние с группой сверстников, стремление быть принятым этой группой, важно одобрение окружающими поведения подростка.          По Э.Эриксону основной возрастной задачей периода от 12 до 19 лет является достижение Эго-идентичности. Главный фактор решения задачи – общение со сверстниками. В процессе достижения Эго-идентичности происходит адекватное осознание себя, своих способностей и предназначения. Ситуативные образы собственной личности не должны быть противоречивыми, что обеспечивает ощущение самостождественности и достижение Эго-идентичности, в противном случае развивается ролевое смешение.          В начале подросткового возраста самооценка неадекватно занижена, неустойчива, отмечаются резкие колебания до неадекватно завышенной самооценки и обратно. В конце данного периода происходит постепенное достижение адекватности самооценки.          Общение взрослых с подростками необходимо строить на следующих принципах: принципы сотрудничества и уважения, что позволит поддержать и откорректировать чувство взрослости, перевести его с внешнего подражания в ощущение социальной и интеллектуальной взрослости; принцип позитивной оценки (самосознание подростка зависит от внешних оценок окружающих); принцип уважения интересов, что позволит поддержать обостренно чувство собственного достоинства.</p>
39.	<p>Указанные особенности личности рассматриваются как создающие склонность к конфликтным отношениям с другими людьми.          Показателем профессиональной адаптации является выполнение работником своих обязанностей на запланированном для этой должности уровне и в запланированном объеме.          Адаптация будет более эффективной, если использовать процедуру введения в должность, осуществляемую руководителем, содержанием которой является предоставление новому сотруднику информации об организации, о нормах поведения, графике работы, знакомство с сотрудниками.          Показателем профессиональной адаптации является отсутствие конфликтов и чувство удовлетворенности работой у нового сотрудника.          Психологический климат в организации - понятие, используемое для обозначения качественной стороны межличностных отношений, которые способствуют или препятствуют продуктивной совместной деятельности.          Характеристиками благоприятного психологического климата в организации являются, такие как доверие, высокая требовательность членов группы друг к другу, доброжелательные отношения, не исключающие деловой критики, свободное выражение собственного мнения при обсуждении вопросов в группе, отсутствие давления со стороны руководителя,</p>

	удовлетворенность принадлежностью к группе, эмоциональная вовлеченность, взаимопомощь.
40.	<p>Авторитет педагога – особая профессиональная позиция, определяющая влияние на обучающихся, дающая право принимать решения, выражать оценку, давать советы. Подлинный авторитет педагога опирается не на должностные и возрастные привилегии, а на высокие личные и профессиональные качества преподавателя: демократический стиль сотрудничества, эмпатию, эрудированность, компетентность, справедливость, общую культуру и проч.</p> <p>Известный психолог В. А. Кан-Калик предложил следующий стиль педагогического общения: Общение на основе высоких профессиональных установок педагога, его отношения к педагогической деятельности в целом. О таких говорят: «За ним дети (студенты) буквально по пятам ходят!» Причем в высшей школе интерес в общении стимулируется еще и общими профессиональными интересами, особенно на профилирующих кафедрах.</p>

### Задание №1

К педагогу-психологу обратились родители вновь прибывшего обучающегося 3-го класса. Родители считают, что ребенок не выдерживает учебной нагрузки, отвлекается, проявляется робость, неуверенность, плохой сон, безынициативность. При этом с освоением образовательной программы справляется с трудом. По прежнему месту обучения у ребенка таких проблем не было.

Какое состояние испытывает обучающейся в данной ситуации?

Какие шаги необходимо предпринять психологу?

### Задание №2

В ходе мониторинга одарённости в параллели 8-х классов был выявлен обучающийся с признаками академической одарённости. По наблюдению мамы и по её словам, у этого подростка наблюдаются сложности в установлении контакта со сверстниками.

Какие действия целесообразно предпринять педагогу-психологу?

### Задание №3

Во время плановой индивидуальной консультации по вопросу профориентации выясняется, что у десятиклассника открытый конфликт с учителем физкультуры, подросток говорит о намерении физически «разобраться» с учителем.

Что в первую очередь необходимо сделать педагогу-психологу?

### Задание №4

К педагогу-психологу обратилась семейная пара с просьбой о помощи. У родителей конфликт с сыном-одинадцатиклассником. Юноша отказывается поступать в медицинский институт, к которому он готовился в течение трёх лет. При этом в семье все потомственные врачи. А одинадцатиклассник за полгода до выпускных экзаменов принимает неожиданное для семьи решение поступать в театральный. У родителей данное решение вызывает тревогу и беспокойство.

Что будет являться предметом консультирования?

### Задание №5



По мнению администрации, в образовательной организации отсутствует системная работа по профилактике аддиктивного поведения. Каким должен быть первый шаг педагога-психолога по организации данной работы?

#### Задание №6

Педагогическим коллективом определяются основные направления работы по созданию психологически безопасной образовательной среды. Педагог-психолог входит в состав рабочей группы.

Что он должен предложить проанализировать в первую очередь?

#### Задание №7

Педагог-психолог и учитель осуществляют совместную работу по проектированию развивающих учебных ситуаций на уроке.

Какой из критериев эффективного взаимодействия является наиболее достоверным в данном случае?

#### Задание №8

Педагог обратился к школьному педагогу-психологу с просьбой о помощи: ученик в классе находится в состоянии алкогольного опьянения. Какое действие необходимо осуществить в первую очередь с целью наиболее конструктивного разрешения ситуации?

#### Задание №9

В ходе индивидуальной консультации с педагогом-психологом обучающийся 10-го класса рассказывает, что в классе осуществляется торговля психоактивными веществами. Подросток просит педагога-психолога никому не рассказывать об этом. Действия педагога-психолога?

#### Задание №10

Вы находитесь на работе в состоянии сильного стресса. Определите порядок Ваших действий?

#### Задание №11

Подросток, 15 лет, во время пожара спряталась под кроватью. Когда ее начали оттуда вытаскивать она стала упираться, крича: Не пойду! Зачем вы меня тянете, я боюсь! При этом она несколько раз сильно ударила спасателя. О каких стрессовых реакциях может идти речь?

#### Задание №12

Митинг бастующих рабочих. Энергичные ораторы «заводят» толпу. Один из полицейских берет в руки транзисторный приемник, по которому передают репортаж о матче между популярными футбольными командами. Через минуту сотни людей окружают офицера с вопросом: «Какой счет? Кто выигрывает?»

Какой прием управления толпой, был использован в данной ситуации?

#### Задание №13

Обоснуйте роль культуры доверия в обществе, как мощного фактора безопасности образовательной среды, влияя на решения о взаимности или использовании доверия, принимаемые субъектами социального взаимодействия в разных общественных ролях и различных ситуациях?

#### Задание №14

В группе СПО есть обучающийся, над которым сокурсники не упускают случая поиздеваться; над его физическими недостатками и психологическими особенностями поведения.

Перечислите основные факторы риска и угрозы дестабилизации личности?

Какие средства, влияния можно использовать в этой ситуации?

#### Задание №15

К педагогу-психологу обратилась мама обучающейся по поводу не мотивированного тревожного поведения, плохого аппетита, проблемы с засыпанием и беспокойного сна, быстрой утомляемости. Эти изменения в поведении со слов матери появились после развода родителей.

Перечислите основные факторы риска и угрозы дестабилизации личности?

Какие средства, влияния можно использовать в этой ситуации?

#### Задание №16

В ходе индивидуальной беседы с обучающимся, педагог-психолог заметил, что в процессе общения у ребенка присутствует чувство тревожности, страха, подозрительности.

Перечислите основные факторы риска и угрозы дестабилизации личности?

Какие средства, влияния можно использовать в этой ситуации?

#### Задание №17

К педагогу-психологу обратились родители обучающегося по поводу того, что ребенок на занятиях не справляется с заданием, выполняет с трудом, боится сделать ошибку, т.к. педагог ругает его за медлительность.

Перечислите основные факторы риска и угрозы дестабилизации личности?

Какие средства, влияния можно использовать в этой ситуации?

#### Задание №18

В ВУЗ на должность педагога дополнительного образования была принята женщина, имеющая высокую квалификацию и большой профессиональный опыт. Преподаватель одной из групп увидела в новой сотруднице конкурентку и начала вмешиваться в ее работу. Когда педагог дополнительного образования занималась подготовкой научного мероприятия, преподаватель стала проявлять инициативу, пыталась

самостоятельно распределять роли между обучающимися, навязывала свои советы.

Педагог дополнительного образования игнорировала ее рекомендации. Тогда преподаватель пошла на конфликт, стала делать резкие замечания в адрес новой коллеги. В результате педагог дополнительного образования решила отказаться от работы с группой, что поставило под угрозу проведение научного мероприятия. Информация о возникшем конфликте быстро распространилась по ВУЗу и стала известна администрации. Определите алгоритм действий педагога-психолога по сохранению и поддержанию благоприятного социально-психологического климата в коллективе?

#### Задание №19

Специалисты из компании Samson Tiara отмечают, что после наступления опасной ситуации человек действует по определенной схеме. Определите порядок действия человека в опасной ситуации?

#### Задание №20

Психолог Джон Барг провел показательный эксперимент: он разделил студентов на три группы, объяснив им, что хочет проверить их способности владения языком. В заданиях было необходимо расшифровать слова. Каждая группа получила свое задание. Первая группа получила задание со словами, характеризующими агрессивные проявления («наглый», «грубый», «резкий», «нарушать» и т.д.). Вторая группа получила слова, призванные конструировать приятные образы («вежливость», «доброта», «воспитанность» и т.д.). Третья группа была контрольной и получила нейтральный набор слов. После выполнения задания студенты должны были перейти в другую аудиторию для объявления им результатов. Собравшись в указанной аудитории, участники эксперимента увидели, что психолог объясняет какому-то незадачливому студенту, как необходимо решать некие задачи. Шло время, ситуация не менялась, но в этом и заключался эксперимент.

Первыми не выдержали студенты первой группы, расшифровывавшие резкие слова (5,4 мин). Вторыми стали студенты с нейтральными словами (8,7 мин). Последними были студенты группы, расшифровывавшей «вежливые» слова (9,3 мин).

Дайте интерпретацию концепции деструктивного влияния языка, который направляет мышление и поведение людей в определенных социальных нормах и культурных обстоятельствах?

#### Задание №21

Подросток на протяжении длительного времени подвергается в школе травле, насмешкам, угрозами и физической агрессии (буллинг).

Опишите стратегии выхода из данной ситуации и Ваши рекомендации подростку, который подвергся травле в школе?

#### Задание №22

К педагогу-психологу обратилась женщина, имеющая 8-ми летнюю дочь. Ситуация в семье напряженная, т.к. недавно стало известно, что дедушка ребенка, проживающий в этой же семье, имел неоднократные сексуальные контакты с ребенком (оральный секс). Что Вы можете порекомендовать женщине. Определите порядок Ваших действий?

#### Задание №23

При ситуации теракта в метро школьники, из ближайшей к метро школы, стали непосредственными свидетелями происходящих событий. Они видели разрушенные стены, искалеченных людей и работу спасателей. Директор школы попросил психологов помочь детям справиться с ситуацией. Дети задавали много вопросов, относительно происшедших событий, плакали, говорили, что им страшно ездить в метро. В чем будет заключаться работа психолога в данной ситуации? Опишите основные методы работы с детьми, получившими травму?

#### Задание №24

В школе в течение непродолжительного времени (несколько месяцев) произошли существенные изменения в составе преподавателей из-за увеличения численности персонала, перехода на пенсию многих ветеранов и прихода в школу выпускников вузов. Это вызвало сбой в социальных связях и функциональном взаимодействии, напряженность в отношениях между старыми и новыми кадрами, отклонения от сформированных традиций, стали возникать межличностные и межгрупповые конфликты, которые ослабляют деловой настрой и сплоченность.

Предложите выбор оптимальной технологии и последовательности этапов оздоровления социально-психологического климата в школе.

#### Задание №25

Сформулируйте общие симптомы острого стрессового расстройства и правила оказания психологической помощи, обоснуйте каждое из них?

#### Задание №26

Определите порядок оказания психологической помощи при возникновении острого стрессового расстройства?

#### Задание №27

В учебном заведении произошел конфликт между юношами, который перерос в драку, после того как охранники разняли дерущихся, один из участников драки никак не мог остановиться: в адрес соперника выкрикивал

словесные оскорбления, брань, внешне был напряжен, лицо красного цвета.

Как эта реакция называется?

Что необходимо предпринять для оказания психологической помощи?

#### Задание №28

При общении с психологом, после купирования приступа ОСР потерпевший в разговоре говорит следующее:

- Я побежал, а когда пришел в себя, оказалось, что не знаю, где нахожусь.
- Я что то делал, с кем то разговаривал, куда - то бежал, но ничего не могу вспомнить.

О какой реакции идет речь? Что необходимо предпринять для оказания психологической помощи?

#### Задание №29

Произошел пожар в торговом центре. Подросток, 12 лет. До начала пожара торгового центра находился на площади, ожидая друга, находящегося в этом центре.

По приезду пожарных сидит у подножья памятника, обхватив голову руками. Время от времени звонит другу, который на звонки не отвечает. Сил для более активных действий у подростка нет.

О каком состоянии идет речь? Что необходимо предпринять для оказания психологической помощи?

#### Задание №30

Горноспасатели участвовали в ликвидации последствий ЧС в одной из шахт.

Обнаружив двух пострадавших, они оценили степень тяжести их состояния и установили очередность эвакуации. Одного из шахтеров положили на носилки. Второй пострадавший под действием сильного страха стал спихивать своего коллегу с носилок, хватать горноспасателей за руки, пытался лечь на носилки сверху первого шахтера.

О каком состоянии идет речь? Что необходимо предпринять для оказания психологической помощи?

#### Задание №31

Произошел пожар в торговом центре. Юноша, 17 лет. В начале пожара находился на первом этаже здания, успел выбежать. От помощи медиков отказывается и говорит, что с ним все в порядке. При этом сильно дрожит, одет по погоде. Домой идти отказывается, внятно объяснить, был ли он один или с кем то, не может.

О каком состоянии идет речь? Перечислите характерные симптомы? Как оказать помощь?

#### Задание №32

К педагогу-психологу обратилась семейная пара с просьбой о помощи. У родителей конфликт с сыном-подростком. В последнее время у юноши

произошло резкое изменение фона настроения и поведения, преобладание подавленного настроения. Отмечают значительное время пребывания в Интернете (практически все свободное время), переживание тревоги, выражает негативные эмоции при невозможности выхода в Интернет даже короткое время. Скрывает от взрослых свои страницы и действий в Интернете, нежелание обсуждать новости группы, свои действия в ней. Появились в речи и на страницах в сети рисунков, афоризмов, тегов, связанных с суицидальным поведением, например, «Раны на руках заглушают боль в душе», «Лети к солнцу», «Лифты несут людей в небеса» и др. У родителей данное поведение сына вызывает тревогу и беспокойство. Является ли поведение юноши тревожным показателем участия в «опасных» группах?

Определите алгоритм действий психолога при обнаружении деструктивной информации?

#### Задание №33

Перечислите поведенческие характеристики, которые могут быть отнесены к синдрому интернет-аддикции?

#### Задание №34

В любой деятельности результат имеет важное значение. Но его необходимо правильно оценить, чтобы правильно понять, были ли достигнуты цели или нет, насколько эффективна какая-либо деятельность. Также и в консультировании результат важен и его необходимо уметь правильно оценивать.

Опишите, каким образом можно оценить, выбранный вариант решения проблемной ситуации безопасности жизнедеятельности на основе критического анализа доступных источников информации?

#### Задание №35

Вы дали задание обучающимся написать сочинение-эссе на тему «Компьютер – друг или враг?». У обучающихся появились противоположные точки зрения, т.е. противники и сторонники. Помогите ребятам разобраться.

Отразите свою точку зрения, составив синквейн.

#### Задание №36

Внимательно прочитайте предложенную поговорку. Данная поговорка отражают определенное отношение к окружающим людям и соответствующее поведение. «Из двух спорщиков умнее тот, кто первым замолчит».

Определите к какой стратегии решения конфликтов можно отнести описываемый тип поведения?

#### Задание №37

Обучающийся игнорирует Ваши советы и указания, делая все по-своему, не обращая внимания на замечания, не исправляя того, на что вы ему указываете.

Определите Ваши шаги и порядок решения ситуации?

#### Задание №38

Елена вполне благополучная девочка: начитанная, общительная, ответственная, воспитанная – так о ней отзываются окружающие.

Единственное, что ее беспокоит, так это отсутствие настоящего друга. Лучше, чтобы это был мальчик. Он мог бы защищать, и вообще, в глазах других девчонок она сразу бы приобрела авторитет. Очень хочется быть не такой, как другие.

На каких принципах следует строить общение взрослых с подростками необходимых для нормального психического развития обучающейся?

#### Задание №39

В сложившийся педагогический коллектив пришла новая преподаватель, личность которой характеризуется рядом особенностей: завышенная самооценка, стремление доминировать во что бы то ни стало, упрямство, излишняя прямолинейность.

Определите, особенности личности преподавателя и стратегию сохранения благоприятного психологического климата в организации?

#### Задание №40

Практика показывает, что стабильность и работоспособность учебного коллектива тем выше, чем прочнее авторитет педагога.

Охарактеризуйте стиль педагогического общения, сохраняющего стабильность безопасной и комфортной образовательной среды?

### **4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций**

Промежуточная аттестация обучающихся обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине (модулю).

Преподаватель доводит до сведения обучающихся на первом учебном занятии перечень вопросов, выносимых на промежуточную аттестацию, и критерии оценивания знаний, умений и навыков.

Зачеты с оценкой проводятся в день последнего в данном семестре занятия по соответствующей дисциплине (модулю) в соответствии с рабочей программой.

Зачеты с оценкой служат формой проверки освоения учебного материала дисциплины (модуля).

Результаты сдачи зачета с оценкой: «отлично», «хорошо»,

«удовлетворительно», «неудовлетворительно».

В целях поощрения обучающихся за систематическую активную работу на учебных занятиях и на основании успешного прохождения текущего контроля допускается выставление зачетной оценки без процедуры сдачи зачета.

Зачеты с оценкой принимаются преподавателем, ведущим занятия по дисциплине (модулю).

Зачет с оценкой проводится по билетам. Преподаватель имеет право задавать дополнительные вопросы в соответствии с рабочей программой дисциплины (модуля).

Во время зачета с оценкой с разрешения преподавателя обучающийся может пользоваться справочниками, таблицами, инструкциями и другими материалами.

Обучающийся при подготовке ответа ведет необходимые записи, которые предъявляет преподавателю. При отказе обучающегося от ответа в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «неудовлетворительно».

Результаты зачета с оценкой заносятся в зачетно-экзаменационную ведомость. Если обучающийся не явился на зачет с оценкой, в ведомости напротив фамилии обучающегося делается запись «не явился». Неявка на зачет без уважительной причины приравнивается к оценке «неудовлетворительно».

В зачетную книжку выставляется соответствующая оценка, полученная обучающимся. Оценка «неудовлетворительно» в зачетную книжку не ставится. Заполнение зачетной книжки до внесения соответствующей оценки в ведомость не разрешается.

Прием зачёта с оценкой у обучающегося прекращается при нарушении им дисциплины, использовании неразрешенных материалов и средств мобильной связи. В этом случае обучающемуся в зачетно-экзаменационную ведомость проставляется оценка «неудовлетворительно».

В случае несогласия обучающегося с оценкой, выставленной на зачете с оценкой, он имеет право подать апелляцию.