

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева»

Центр дополнительного образования



**Дополнительная профессиональная программа**

**«Психология психических состояний детей и взрослых»  
вид программы (профессиональная переподготовка)**

Форма обучения: очно-заочная  
(с применением дистанционных образовательных технологий)

Чебоксары  
2018

## 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПРОГРАММЫ

### 1.1. Цель реализации программы

Цель дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки состоит в приобретении компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности в сфере психологии психических состояний детей и взрослых.

*Выпускники ДПП получают право на ведение нового вида профессиональной деятельности в области психологии психических состояний детей и взрослых.*

### 1.2 Характеристика нового вида профессиональной деятельности, новой квалификации

а) Область профессиональной деятельности слушателя, прошедшего обучение по программе профессиональной переподготовки для выполнения профессиональной деятельности в сфере психологии психических состояний детей и взрослых: в сфере образования, в социальной сфере, здравоохранения, деятельность в сфере культуры.

б) Объектами профессиональной деятельности являются психические состояния у детей и взрослых; их проявления и саморегуляция, психодиагностика, коррекция, психологическое консультирование и терапия с учетом индивидуально-психологических особенностей личности и спецификой выполняемой деятельности.

в) Слушатель, успешно завершивший обучение по данной программе, должен решать профессиональные задачи в соответствии с видами профессиональной деятельности:

- определение индивидуальных психических состояний личности;
- осуществление профессиональной психологической консультации и терапии;
- использование разнообразных приемов, методов и средств психодиагностики, коррекции, психологического консультирования и терапии;
- разработка и реализация программ психокоррекционной, психотерапевтической и профилактической работы в системе образовательных и социальных учреждений.

г) Программа профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» обеспечивает достижение 7 уровня квалификации в соответствии с требованиями профессионального стандарта «Психолог в социальной сфере» (регистрационный номер 509 (приказ №682н от 18 ноября 2013 г. Министерство труда и социальной защиты Российской Федерации)).

### 1.3. Планируемые результаты обучения

а) Слушатель в результате освоения программы должен обладать следующими профессиональными компетенциями (ПК):

**общекультурными компетенциями (ОК):**

- готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3);
- способность работать в команде, толерантно воспринимая социальные,

этнические, конфессиональные и культурные различия (ОК-4);

– способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5);

**общепрофессиональными компетенциями (ОПК):**

– умением организовывать межличностные контакты, общение (в том числе, в поликультурной среде) и совместную деятельность участников образовательных отношений (ОПК-3);

– способностью анализировать и прогнозировать риски образовательной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению (ОПК-7);

– готовностью применять активные методы обучения в психолого-педагогическом образовании (ОПК-9);

**профессиональными компетенциями (ПК):**

– способностью проводить диагностику психического развития обучающихся (ПК-1);

– способностью проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы (ПК-2);

– способностью консультировать педагогических работников, обучающихся по вопросам оптимизации образовательной деятельности (ПК-9).

**Паспорт компетенций выпускника**

ФГОС ВО 44.04.02 Психолого-педагогическое образование		Профессиональный стандарт 03.008 «Психолог в социальной сфере»	
Компетенции ФГОС ВО		Трудовые функции	
Код	Наименование	Код	Наименование
ОК-3	готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала	A/03.7	Групповое и индивидуальное консультирование клиентов
ОК-4	способностью работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия	A/03.7	Создание команды и проведение программ активизации личностных ресурсов клиентов, в том числе на межведомственной основе
ОК-5	способность к самоорганизации и самообразованию	A/03.7	Создание команды и проведение программ активизации личностных ресурсов клиентов, в том числе на межведомственной основе
ОПК-1	способность выстраивать взаимодействие и образовательную деятельность участников профессиональной деятельности	A/03.7	Создание команды и проведение программ активизации личностных ресурсов клиентов, в том числе на межведомственной основе
ОПК-3	умение организовывать межличностные контакты,	A/01.7	Подготовка межведомственных команд по оказанию психологической

	общение (в том числе, в поликультурной среде) и совместную деятельность участников профессиональной деятельности	A/05.7	помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам) Оказание психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы (клиентам)
ОПК-7	способность анализировать и прогнозировать риски среды профессиональной деятельности	A/08.7	Разработка и реализация программ повышения психологической защищенности и предупреждения психологического неблагополучия населения
ОПК-9	готовность применять активные методы обучения в профессиональной деятельности	A/03.7	Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию
		A/04.7	Организация психологического сопровождения и психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам)
		A/07.7	Организация работы по созданию системы психологического просвещения населения, работников органов и организаций социальной сферы
ПК-1	способность проводить диагностику психического развития	A/05.7	Оказание психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы (клиентам)
ПК-2	способность проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы	A/04.7	Организация психологического сопровождения и психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам)
ПК-9	способность консультировать субъектов профессиональной деятельности	A/05.7	Оказание психологической помощи работникам органов и организаций социальной сферы (клиентам)
		A/06.7	Психологическое сопровождение процессов, связанных с образованием и деятельностью замещающих семей (клиентов)

б) Выпускник должен обладать знаниями и умениями в сфере психологии психических состояний детей и взрослых:

– **знать:**

• основные теоретические и методологические основы психологии психических состояний;

• основы психодиагностики, коррекции, психологического консультирования и терапии психических состояний детей и взрослых;

- методы саморегуляции психических состояний.

– **уметь:**

- использовать методы и технологии организации психологической помощи детям и взрослым при неблагоприятных психических состояниях;

- проектировать и создавать психологически комфортную и безопасную развивающую среду;

- разрабатывать рекомендации по вопросам развития, коррекции и регуляции психических состояний обучающегося;

– **владеть:**

- культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения;

- методиками диагностики и самодиагностики психического состояния;

- социально-педагогическими, медико-психологическими и социально-психологическими методами и технологиями коррекции, психологического консультирования и терапии психических состояний детей и взрослых с учетом индивидуально-психологических особенностей и спецификой выполняемой деятельности.

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ПРОГРАММЫ ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ «Психология психических состояний детей и взрослых»

**Категория слушателей:** лица, имеющие среднее профессиональное и (или) высшее образование, работающих в сфере науки, производства, здравоохранения, образования, психологического консультирования, а также для всех заинтересованных лиц.

**Срок обучения 566 ч.**

### 2.1. Учебный план

№	Наименование дисциплин	Ф.И.О., ученая степень, должность	Общая трудоемкость, час.	Всего час.	Аудиторные занятия, час.		Занятия с применением ДОО		СРС	Текущий контроль
					Лекции	Практические	Лекции	Практические		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
M.1	<b>Феноменология психических состояний</b>									
M.1.1	Методология психологии психических состояний	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	70	36	10		20	6	34	Экзамен
M.1.2	Психология воздействия	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	40	18	8	4	4	2	22	Зачет
M.1.3	Психические состояния в разных жизненных ситуациях	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	70	36	12	12	4	8	34	Экзамен

M.1.4	Психосоматика	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	34	14	4	4	4	2	20	Зачет
M.2	<b>Практическая психология</b>									
M.2.1	Диагностика психических состояний	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	90	52	12	16	12	12	38	Экзамен
M.2.2	Коррекция негативных психических состояний	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	90	52	12	16	12	12	38	Зачет
M.2.3	Психотерапия негативных психических состояний	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	90	52	12	16	12	12	38	Экзамен
M.2.4	Жизненная навигация	Велиева С.В, канд. психол. н., доцент кафедры ВПиСП	82	52	12	16	12	12	30	Зачет
M.3	Итоговая аттестация	Иванов Д.Е., Баранова Э.А., Велиева С.В.								Итоговый экзамен
	Итого		566	312	82	84	80	66	254	

### 2.2. Рабочие программы дисциплин

#### M.1.1 «Методология психологии психических состояний»

**Цели дисциплины:** сформировать представления о теоретических и методологических основах психологии психических состояний.

#### **Задачи дисциплины**

– сформировать представления о теоретических и методологических основах психологии психических состояний;

– познакомить с факторами и условиями активизации психических состояний в учебной и профессиональной деятельности с целью их регуляции и коррекции;

– развить умения проводить научные дискуссии по основным проблемам психологии психических состояний.

#### **Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Методология психологии психических состояний» относится к модулю 1 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (M.1.1).

Для освоения дисциплины «Методология психологии психических состояний» слушатели используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин на предыдущем уровне образования.

Дисциплина «Методология психологии психических состояний» является предшествующей по отношению к изучению дисциплин «Психология воздей-

ствия», «Психические состояния в разных жизненных ситуациях» и «Диагностика психических состояний».

**Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5).

**В результате изучения дисциплины слушатель должен:**

**знать:**

– особенности сознания как высшей формы психической жизни;

– основные теоретические и методологические основы психологии психических состояний;

**уметь:**

– осознанно использовать знания о психических состояниях в учебной и профессиональной деятельности с целью их регуляции и коррекции;

– проводить научные дискуссии по основным проблемам психологии психических состояний;

**владеть:**

– методами профессиональной диагностики, консультирования, коррекции и профилактики негативных психических состояний.

**М.1.2 «Психология воздействия»**

**Цели дисциплины:** формирование системных знаний о теории социального воздействия и инструментах воздействия.

**Задачи дисциплины**

– ознакомление слушателей с основами психологии воздействия;

– формирование представлений о предмете и основных направлениях психологии воздействия, о социальном и межличностном влиянии, воздействии СМИ, об инструментах воздействия.

**Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Психология воздействия» относится к модулю 1 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (М.1.2).

Для освоения дисциплины «Психология воздействия» слушатели используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплины «Методология психологии психических состояний».

Дисциплина «Психология воздействия» является предшествующей по отношению к изучению дисциплин «Психические состояния в разных жизненных ситуациях», «Психосоматика», «Психотерапия негативных психических состояний».

**Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5);

– способность анализировать и прогнозировать риски образовательной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению (ОПК-7);

– способность консультировать педагогических работников, обучающихся по

вопросам оптимизации образовательной деятельности (ПК-9).

**В результате изучения дисциплины слушатель должен:**

**знать:**

– социально-психологические маркеры благоприятных и неблагоприятных типов реагирования на жизненную и экстремальную ситуации;

– психологические средства, методы, технологии и приемы воздействия (влияния) на разных этапах развития индивида и личности;

**уметь:**

– основывать выбор технологий в соответствии с эффективной моделью теории и практики комплексной медико-педагогической и психологической работы;

– решать проблемы психологической безопасности, уметь применять адекватные методы воздействия;

– формировать адекватный коммуникативный процесс с клиентами;

**владеть:**

– навыками применения социально-педагогических, медико-психологических и социально-психологических методов и технологий.

**М.1.3 «Психические состояния в разных жизненных ситуациях»**

**Цели дисциплины:** сформировать представления об особенностях актуализации психических состояний в разных жизненных ситуациях.

**Задачи дисциплины**

– формировать представления об особенностях актуализации психических состояний у детей и взрослых в разных жизненных ситуациях;

– формировать компетенции, необходимые для организации психологической помощи детям и взрослым при неблагоприятных психических состояниях.

**Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Психические состояния в разных жизненных ситуациях» относится к модулю 1 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (М.1.3).

Для освоения дисциплины «Психические состояния в разных жизненных ситуациях» слушатели используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Методология психологии психических состояний», «Психология воздействия».

Дисциплина «Психология психических состояний детей и взрослых» является предшествующей по отношению к изучению дисциплин «Психосоматика», «Диагностика психических состояний», «Коррекция негативных психических состояний», «Психотерапия негативных психических состояний» и «Жизненная навигация».

**Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3);



– способность анализировать и прогнозировать риски образовательной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению (ОПК-7);

– способность проводить диагностику психического развития обучающихся (ПК-1);

– способность проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы (ПК-2).

**В результате изучения дисциплины слушатель должен:**

**знать:**

– феноменологию равновесных и неравновесных психических состояний;

**уметь:**

– осуществлять диагностику и самодиагностику психических состояний;

– планировать и осуществлять содержание психологической работы психолога по преодолению негативных психических состояний детей и взрослых;

**владеть:**

– навыками профессиональной культуры и этики психолога.

#### **М.1.4 «Психосоматика»**

**Цели дисциплины:** формирование у слушателей профессиональных компетенций в сфере общих закономерностей развития психосоматических заболеваний и современных методов психотерапевтической помощи лицам с психосоматическими расстройствами.

**Задачи дисциплины**

– Формировать представления о психосоматике и психосоматических расстройствах, психологии лиц с психосоматическими расстройствами.

– Развивать готовность анализировать результаты экспериментально-психологического обследования лиц с психосоматическими расстройствами.

**Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Психосоматика» относится к модулю 1 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (М.1.4).

Для освоения дисциплины «Психосоматика» слушатели используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Методология психологии психических состояний», «Психология воздействия», «Психические состояния в разных жизненных ситуациях».

Дисциплина «Психосоматика» является предшествующей по отношению к изучению дисциплин «Диагностика психических состояний», «Коррекция негативных психических состояний», «Психотерапия негативных психических состояний» и «Жизненная навигация», необходима для успешного прохождения итоговой аттестации.

**Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– способность к абстрактному мышлению, анализу, синтезу (ОК-1);

– готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3).

– умение организовывать межличностные контакты, общение (в том числе, в поликультурной среде) и совместную деятельность участников профессиональной деятельности (ОПК-3).

– способность проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы, в том числе негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц (ПК-2);

– способность проектировать стратегию индивидуальной и групповой коррекционно-развивающей работы с личности на основе результатов диагностики психического развития (ПК-3).

**В результате изучения дисциплины слушатель должен:**

**знать:**

– теоретические основы психологии лиц с психосоматическими расстройствами;

– методы изучения и коррекции психики лиц с психосоматическими расстройствами;

**уметь:**

– осуществлять экспериментально-психологическое изучение лиц с психосоматическими расстройствами;

**владеть:**

– основными методами дифференциальной диагностики;

– навыками составления психологических характеристик лиц с психосоматическими расстройствами.

#### **М. 2.1 «Диагностика психических состояний»**

**Цели дисциплины:** формирование знаний о базовых понятиях, методах и процедурах психологической диагностики психических состояний детей и взрослых.

**Задачи дисциплины:**

– обеспечить подготовку по теоретико-методологическим основам психодиагностики;

– ознакомить слушателей с основными научными и практическими задачами психодиагностики, методами исследования психических состояний;

– научить слушателей использовать методы психодиагностики психических состояний.

**Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Диагностика психических состояний» относится к модулю 2 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (М.2.1).

Для освоения дисциплины «Диагностика психических состояний» слушатели используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Методология психологии психических состояний», «Психосоматика», «Психические состояния в разных жизненных ситуациях».

Дисциплина «Диагностика психических состояний» является предшествующей по отношению к изучению дисциплин «Коррекция негативных психических

состояний», «Психотерапия негативных психических состояний» и «Жизненная навигация», необходима для успешного прохождения итоговой аттестации.

#### **Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3);
- умение организовывать межличностные контакты, общение (в том числе, в поликультурной среде) и совместную деятельность участников профессиональной деятельности (ОПК-3);
- способность анализировать и прогнозировать риски профессиональной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению (ОПК-7);
- способность проводить диагностику психического развития личности (ПК-1);
- способность проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы, в том числе негативных социальных проявлений в поведении социальных групп и отдельных лиц (ПК-2).

#### **В результате изучения дисциплины слушатель должен:**

**знать:**

- профессионально-этические принципы и нормы психодиагностики;
- классические и современные психологические направления и школы в области психологии психических состояний;
- психодиагностические концепции, принципы и закономерности проведения диагностического исследования, психометрические основы психодиагностики;

**уметь:**

- проводить диагностическое обследование, ставить психологический диагноз на симптоматическом, этиологическом и типологическом уровнях;
- применять стандартные базовые процедуры диагностики психических состояний;
- применять индивидуальные и групповые методы диагностики в зависимости от возрастных и гендерных особенностей;

**владеть:**

- способами осуществления психологической диагностики, анализа и интерпретации полученных результатов.

#### **М.2.2 «Коррекция негативных психических состояний»**

**Цели дисциплины:** формирование знаний в области теории и практики психокоррекционной работы.

**Задачи дисциплины:**

- обеспечить слушателям необходимую подготовку по теоретико-методологическим основам психокоррекции;
- ознакомить слушателей с практическими задачами психокоррекции психических состояний;
- овладеть способностью использования методов и технологий психокоррекции негативных психических состояний.

**Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Коррекция негативных психических состояний» относится к модулю 2 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (М.2.2).

Для освоения дисциплины «Коррекция негативных психических состояний» студенты используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Методология психологии психических состояний», «Психосоциатика», «Психические состояния в разных жизненных ситуациях», «Диагностика психических состояний».

Дисциплина является предшествующей по отношению к изучению дисциплин «Психотерапия негативных психических состояний» и «Жизненная навигация», необходима для успешного прохождения итоговой аттестации.

#### **Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

- способность работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (ОК-4);
- способность анализировать и прогнозировать риски образовательной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению (ОПК-7);
- готовность применять активные методы обучения в психолого-педагогическом образовании (ОПК-9);
- способность проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы (ПК-2).

#### **В результате изучения дисциплины слушатель должен:**

**знать:**

- основные направления психокоррекционной работы с детьми и взрослыми;

**уметь:**

- подбирать и использовать инновационные коррекционные технологии психических состояний с учетом возраста, закономерностей психического развития, зоны ближайшего развития и задач каждого возрастного этапа;

**владеть:**

- навыками проектирования и реализации индивидуально-ориентированных и групповых программ по коррекции негативных психических состояний.

#### **М.2.3 «Психотерапия негативных психических состояний»**

**Цели дисциплины:** ознакомление слушателей с основными направлениями психотерапии психических состояний детей и взрослых, формирование готовности к использованию знаний основ психотерапии в профессиональной деятельности.

**Задачи дисциплины:**

- ознакомление слушателей с основными направлениями психотерапии психических состояний детей и взрослых;
- формирование готовности к использованию знаний основ психотерапии в профессиональной деятельности;

– способствовать овладению навыками применения различных психотерапевтических методов для оказания психологической помощи субъектам деятельности.

**Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Психотерапия негативных психических состояний» относится к модулю 2 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (М.2.3).

Для освоения дисциплины «Психотерапия негативных психических состояний» студенты используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Методология психологии психических состояний», «Психосоматика», «Психология воздействия», «Психические состояния в разных жизненных ситуациях», «Диагностика психических состояний».

Дисциплина «Психотерапия негативных психических состояний» является предшествующей по отношению к изучению дисциплины «Жизненная навигация», необходима для успешного прохождения итоговой аттестации.

**Требования к результатам освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3);

– умение организовывать межличностные контакты, общение (в том числе, в поликультурной среде) и совместную деятельность участников образовательных отношений (ОПК-3);

– способность анализировать и прогнозировать риски образовательной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению (ОПК-7);

– способность проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы (ПК-2);

– способность консультировать педагогических работников, обучающихся по вопросам оптимизации образовательной деятельности (ПК-9).

**В результате изучения дисциплины слушатель должен:**

Слушатель, изучивший дисциплину, должен

**знать:**

– виды и основные направления психотерапии;

– особенности психотерапии в работе с детьми и взрослыми;

– возможности различных психотерапевтических направлений для работы с негативными психическими состояниями детей и взрослых;

**уметь:**

– составлять различные психотерапевтические программы;

– применять психотерапевтические методы и технологии работы с детьми и взрослыми;

**владеть:**

– технологиями психологической терапии психических состояний детей и взрослых.

**М.2.4 «Жизненная навигация»**

**Цель** – формирование умений и развитие навыков практического применения знаний о закономерностях развития личности в ходе профессионального становления и реализации жизненных планов.

**Задачи дисциплины:**

– изучить методы проектирования профессиональной и общественной деятельности;

– освоить способы рационального планирования и самоорганизации жизнедеятельности;

– сформировать навыки корпоративного взаимодействия с референтными лицами и социальными группами.

**Место дисциплины в структуре программы:**

Дисциплина «Жизненная навигация» относится к модулю 2 Дополнительной профессиональной образовательной программы профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» (М.2.4).

Для освоения дисциплины «Жизненная навигация» студенты используют знания, умения и навыки, сформированные в процессе изучения дисциплин «Методология психологии психических состояний», «Психосоматика», «Психология воздействия», «Психические состояния в разных жизненных ситуациях», «Диагностика психических состояний», «Психотерапия негативных психических состояний».

Дисциплина является необходимой для успешного прохождения итоговой аттестации.

**Требования к уровню освоения содержания дисциплины**

Слушатель, изучивший дисциплину, должен

**знать:**

– способы постановки и достижения жизненных и профессиональных целей;

**уметь:**

– применять современные методы и способы непрерывного самообразования;

**владеть:**

– элементарными умениями в области организации образовательной деятельности в соответствии с основными принципами современной педагогики и андрагогики.

**Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины:**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

– готовностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3);

– умением организовывать межличностные контакты, общение (в том числе, в поликультурной среде) и совместную деятельность участников образовательных отношений (ОПК-3);

– способность проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы (ПК-2);



– способностью консультировать педагогических работников, обучающихся по вопросам оптимизации образовательной деятельности (ПК-9).

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ (ОРГАНИЗАЦИОННО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ)

#### 3.1. Требования к уровню подготовки поступающего на обучение, необходимому для освоения программы

Лица, желающие освоить дополнительную профессиональную программу «Психология психических состояний детей и взрослых», должны иметь среднее профессиональное или высшее образование.

#### 3.2. Материально-технические условия реализации программы

Наименование специализированных оборудований, кабинетов, лабораторий	Вид занятий	Оборудование, программное обеспечение
Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа (ауд. 301, ул. Шумилова, д. 18а)	Лекции, практические занятия	Учебная мебель, демонстрационная доска (меловая), мультимедийный проектор – 1 шт., персональный компьютер – 1 шт., интерактивная доска – 1 шт., колонки – 2 шт. Базовый набор программ: ОС Windows 7. Профессиональная 64bit; Office Standard 2010, Office Standard 2013 Russian; KasperskyEndpointSecurity для бизнеса. Браузер Яндекс, Google Chrome, Opera, Mozilla Firefox
Компьютерный класс (ауд. 309, ул. Шумилова, д. 18а)	Помещение для самостоятельной работы	Учебная мебель, 13 персональных компьютеров с выходом в Интернет через локальную сеть, динамики, ноутбук – 1 шт., стационарный проектор – 1 шт., настенный экран – 1 шт. Базовый набор программ: ОС Windows 7. Профессиональная 64bit; Office Standard 2010, Office Standard 2013 Russian; KasperskyEndpointSecurity для бизнеса. Браузер Яндекс, Google Chrome, Opera, Mozilla Firefox
Спортивный зал (ауд. 112, ул. Шумилова, д. 18а)	Практические занятия, тренинги, мастер-классы	Музыкальный центр, маты напольные (30 шт.), ноутбук, 2 колонки, видеоплеер DVD – 1 шт., экран на треноге – 1 шт. аудиовизуальные средства обучения (видеофильмы, аудиозаписи)
Мобильный компьютерный класс (ауд. 102, ул. Шумилова,	Аудитория для групповых и индивидуальных	Учебная мебель, 13 персональных компьютеров с выходом в Интернет через локальную сеть, динамики, ноутбук, 15 планшетов для ученика, стационарный проектор – 1 шт., настенный экран – 1 шт.,

д. 18а)	консультаций	видеоплеер DVD – 1 шт., экран на треноге – 1 шт. Базовый набор программ: ОС Windows 7. Профессиональная 64bit; Office Standard 2010, Office Standard 2013 Russian; KasperskyEndpointSecurity для бизнеса. Браузер Яндекс, Google Chrome, Opera, Mozilla Firefox
Система управления электронным обучением (виртуальная обучающая среда)	Персональный доступ к электронному формату ДПП (лекции, семинарские)	Moodle – система управления курсами (Modular Object-Oriented Dynamic Learning Environment (модульная объектно-ориентированная динамическая обучающая среда)). Режим доступа сервера образовательного портала ФГБОУ ВО "ЧГПУ им. И. Я. Яковлева" <a href="http://www.moodle21.ru/">http://www.moodle21.ru/</a>

#### 3.3. Учебно-методическое обеспечение программы

Программа дополнительной профессиональной программы профессиональной переподготовки специалистов обеспечивается учебно-методической документацией и материалами по всем учебным курсам, дисциплинам.

Организация обеспечена необходимым комплектом лицензионного обеспечения. Программные продукты, применяемые в учебном процессе: информационно-справочная система «Гарант»; информационно-справочная система «Консультант+».

Электронно-библиотечные системы (электронная библиотека) и электронная информационно-образовательная среда обеспечивают возможность одновременного доступа не менее 25 процентов обучающихся по программе.

Слушателям обеспечена возможность свободного доступа к фондам учебно-методической литературы и интернет-ресурсам. Все слушатели имеют возможность открытого доступа к вузовской ЭБС: ЭБС IPRbooks: [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru/); "АйПиЭр Медиа"(IPRbooks) (Договор № 1703/16 от 16.02.2016, срок действия с 03.03.2016 г. по 03.03.2018 г.); ЭБС «Айбукс.ру/ibooks.ru»: [www.ibooks.ru](http://www.ibooks.ru) (Договор № 04-03/16К от 04.03.2016 г., срок действия с 04.03.2016 г. по 04.03.2018 г.); к фондам учебно-методической документации на сайтах кафедр через <http://biblio.chgpu.edu.ru/>.

Для обучающихся организован доступ к современным отечественным профессиональным базам данных, информационным справочным и поисковым системам: Министерство образования и науки РФ – [www.mon.gov.ru](http://www.mon.gov.ru); Росстат – [www.gks.ru](http://www.gks.ru); Федеральное государственное учреждение «Государственный научно-исследовательский институт информационных технологий и телекоммуникаций» – [www.infomika.ru](http://www.infomika.ru); Федеральный портал «Российское образование» – [www.edu.ru](http://www.edu.ru) и др. Доступность фондов учебно-методической документации для слушателей составляет 100%.

Для доступа к интернет-ресурсам к услугам слушателей предоставлены электронный читальный зал, компьютерные классы.



### **Периодические издания**

Авторефераты диссертаций	Инновации в образовании
Вопросы психологии	Коррекционная педагогика: Теория и практика
Вопросы философии	Обруч
Высшее образование в России	Современный детский сад
Детский сад: теория и практика	Социальная педагогика
Дефектология	Физиология человека
Дошкольное воспитание	Школьные технологии
Журнал практического психолога	Школьный психолог

### **Электронные и интернет-ресурсы**

Online библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.bestlibrary.ru/>

Psychologies.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psychologies.ru/>

Бесплатная электронная интернет библиотека [Электронный ресурс] – Режим доступа: [ZipSites.ru](http://ZipSites.ru).

Библиотека электронных учебников Book-ua.org [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.book-ua.org/>.

Вопросы психологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.voppsy.ru>.

Высшее образование в России [Электронный ресурс]. – Режим доступа: Режим доступа: <http://www.vovr.ru/>

Информационно-коммуникационные технологии в образовании – Режим доступа: <http://www.ict.edu.ru/>

Медицинская электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://meduniver.com/>

Министерство образования и науки Российской Федерации – Режим доступа: <http://минобрнауки.рф/>

Мир психологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychology.net.ru/articles>

Московский психологический журнал [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://magazine.mospsy.ru/>.

Навигатор в сфере образования [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.edunews.ru/>

Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://elibrary.ru/defaultx.asp>.

Научный центр психического здоровья РАМН [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psychiatry.ru/>

Национальная электронная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.integrum.ru/>; <http://www.nns.ru/>; <http://npsyj.ru/>.

Обозрение психиатрии и медицинской психологии имени В.М. Бехтерева – Режим доступа: <http://psychiatr.ru/magazine/obozr>

Онлайн библиотека Куб [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.koob.ru/>

Официальный сайт Министерства образования и науки РФ [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.mon.gov.ru/>

Популярная психология [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://karpowwww.id1945.com/>.

Портал «Академическая психология – практике» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.portal-psychology.ru/>.

Российская библиотека диссертаций – Режим доступа: <http://www.dissertation1.narod.ru/>

Российская государственная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rsl.ru/>

Российская национальная библиотека [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.nlr.ru/>

Сайт «Психология на RIN.RU» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psy.rin.ru>

Электронная библиотека Российской государственной библиотеки (РГБ) – Режим доступа: <http://elibrary.rsl.ru/>

Электронная библиотека учебников – Режим доступа: <http://studentam.net/>

### **Видеоматериалы по психологии**

Альянс Помогающих Практик [Электронный ресурс]. – Режим доступа: "ПроБоно" <http://appme.ru>

Журнал Existentia: психология и психотерапия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.existentialtherapy.eu>; <http://www.hpsy.ru>

Журнал Виноград [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.portal-slovo.ru/pedagogy/43282.php>

Портал «Академическая психология» Института психологии РАН [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.portal-psychology.ru/cntrnt/videolekci/videolekci1.html>.

Психологическая газета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psy.su/news/conferences/3697/>

Раздел «Видео» виртуальной «Библиотеки учебной и научной литературы» Русского гуманитарного интернет-университета [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://sbiblio.com/biblio/video.aspx?gid=12>

Сайт Audioknigi.club [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://audioknigi.club/section/psihologiya/>.

### **Психологический инструментарий**

Psychomurka.narod.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychomurka.narod.ru/>.

ВСЕТЕСТЫ.RU Профессиональные Психологические Тесты [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vsetesti.ru/>

Пси-сайт [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://test-metod.ru/index.php/metodikii-testy>.

Психологическое тестирование [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://testme.org.ua/test/catalog/pro>.

Раздел «Профессиональные тесты и методики» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.twirpx.com/files/psychology/practicum/protests/>

Сайт «Психологическая лаборатория» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://vch.narod.ru/file.htm>.

#### **Учебная литература и другие информационные источники**

##### **М.1.1 Методология психологии психических состояний**

###### *а) основная литература*

Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учеб. и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. – Москва : Юрайт, 2018. – 303 с.;

Работа с подростками и молодежью в трудной жизненной ситуации [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н. А. Григорьева и др. ; ред. Т. Э. Петрова. – Москва : Русайнс, 2016. – 144 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>

Шуванов, И. Б. Теоретические основы психологии безопасного поведения в экстремальных ситуациях [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. Б. Шуванов, В. И. Шаповалов. – Саратов : Вузовское образование, 2018. – 188 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

###### *б) дополнительная литература*

Бодров, В. А. Психологический стресс [Электронный ресурс] : развитие и преодоление / В. А. Бодров. – Москва : Пер Сэ, 2012. – 528 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Караяни, А. Г. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. Г. Караяни, В. Л. Цветков. – Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – 247 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Петрова, Е. Ю. Как предупредить негативные последствия стресса у детей / Е. Ю. Петрова, Е. В. Самсонова. – Москва : Академия, 2010. – 127 с. – (Психолог родителям).

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

ОС Windows 7. Профессиональная 64bit; Office Standard 2010 Russian; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса.

Браузер: Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Yandex.

Научная электронная библиотека – <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

Национальная электронная библиотека – <http://www.nns.ru/>

Официальный сайт Министерства образования и науки РФ – <http://www.mon.gov.ru/>

Портал психологических изданий – <http://www.PsyJournals.ru/>

##### **М.1.2 Психология воздействия**

###### *А) основная литература*

Иссерс, О. С. Речевое воздействие : учеб. пособие для вузов / О. С. Иссерс. – 3-е изд., перераб. – Москва : Флинта : Наука, 2013. – 240 с. : ил.

Филиппова, О. А. Обучение эмоциональному речевому воздействию : учеб. пособие / О. А. Филиппова. – 2-е изд., стер. – Москва : Флинта : Наука, 2014. – 141 с.

Шуванов, И. Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. Б. Шуванов, В. И. Шаповалов, С. Н. Тесля. – Саратов : Вузовское образование, 2018. – 165 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

###### *Б) дополнительная литература*

Воедилов, Д. В. НЛП по-русски [Электронный ресурс] / Д. В. Воедилов. – Саратов : Вузовское образование, 2013. – 196 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Зинченко, Ю. П. Методологические проблемы психологии безопасности. Личность, общество, государство [Электронный ресурс] / Ю. П. Зинченко. – Москва : Московский гос. университет имени М.В. Ломоносова, 2011. – 952 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Кузьмина, Т. В. Эффективное манипулирование поведением человека [Электронный ресурс] / Т. В. Кузьмина. – Москва : Дашков и К, 2010. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Нарбут, А. Весь Карнеги: шпаргалки, формулы, подсказки и упражнения : кн.-тренажер / А. Нарбут. – Москва : АСТ, 2014. – 219 с.

Непряхин, Н. 101 совет по противодействию манипуляциям [Электронный ресурс] / Н. Непряхин. – Москва : Альпина Паблишер, 2016. – 66 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Проблемы психологической безопасности [Электронный ресурс] : сборник научных трудов. – Москва : Институт психологии РАН, 2012. – 440 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

Стацевич, Е. Манипуляции в деловых переговорах [Электронный ресурс] : практика противодействия / Е. Стацевич, К. Гуленков, И. Сорокина. – Москва : Альпина Паблишер, 2016. – 150 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Чалдини, Р. Психология влияния / Р. Чалдини ; пер. с англ. Е. Бугаевой и др. – 5-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2015. – 335 с. : ил.

Эксакусто, Т. В. Теоретические основы социально-психологической безопасности [Электронный ресурс] / Т. В. Эксакусто. – Ростов-на-Дону : ЮФУ, 2010. – 344 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

ОС Windows 7. Профессиональная 64bit; Office Standard 2010 Russian; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса.

Браузер: Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Yandex.

Influence At Work – сайт Келтона Родса (Kelton Rhoads) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.influenceatwork.com>

##### **М.1.3 Психические состояния в разных жизненных ситуациях**

###### *а) основная литература*

Велиева, С. В. Типичные психические состояния дошкольников : учеб. пособие / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2014. – 133 с.

Прохоров, А. О. Методики диагностики и измерения психических состояний личности [Электронный ресурс] : учебное пособие / А. О. Прохоров. – Москва : Пер Сэ, 2012. – 176 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

###### *б) дополнительная литература*

Велиева, С. В. Акмеологические особенности психических состояний детей дошкольного возраста / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2015. – 186 с. : ил.

Велиева, С. В. Коррекция психических состояний с помощью игр и сказок : учеб. пособие / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2016. – 191 с.

Велиева, С. В. Феноменология психических состояний детей в образовательном пространстве / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2016. – 215 с.

Ломов, Б. Ф. Психическая регуляция деятельности [Электронный ресурс] : избранные труды / Б. Ф. Ломов. – Москва : Когито-Центр : Ин-т психологии РАН, 2013. – 624 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Охрана и укрепление психического здоровья дошкольника: технология здоровьесбережения / Ю. А. Афонькина, И. А. Галай, Н. И. Трифонова. – Москва : АРКТИ, 2014. – 119 с.

Поддьяков, Н. Н. Психическое развитие и саморазвитие ребенка дошкольника. Ближние и дальние горизонты / Н. Н. Поддьяков. – Изд 2-е, доп. – Санкт-Петербург : Образоват. проекты ; Москва : Обруч, 2013. – 190 с.

Прохоров, А. О. Смысловая регуляция психических состояний [Электронный ресурс] / А. О. Прохоров. – Москва : Когито-Центр : Ин-т психологии РАН, 2013. – 352 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Сергиенко, Е. А. Модель психического в онтогенезе человека [Электронный ресурс] / Е. А. Сергиенко, Е. И. Лебедева, О. А. Прусакова. – Москва : Когито-Центр : Ин-т психологии РАН, 2013. – 415 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

ОС Windows 7. Профессиональная 64bit; Office Standard 2010 Russian; Kaspersky Endpoint Security для бизнеса.

Браузер: Internet Explorer, Mozilla Firefox, Google Chrome, Yandex.

Институт социологии РАН [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [http://www.isras.ru/razdel\\_publ.html](http://www.isras.ru/razdel_publ.html)

Лемещенко М. Ю. Саморегуляция личности специалиста как психологическая проблема – Режим доступа: <http://sibac.info/index.php/2009-07-01-10-21-16/7702-2013-05-08-11-10-42>

Моросанова В. И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека – Режим доступа: [http://www.ido.rudn.ru/psychology/psychology\\_of\\_person/ch12\\_3.html](http://www.ido.rudn.ru/psychology/psychology_of_person/ch12_3.html)

#### **М.1.4 Психосоматика**

##### *а) основная литература*

Зверева, Н. В. Клиническая психология детей и подростков : учеб. / Н. В. Зверева, Т. Г. Горячева. – Москва : Академия, 2013. – 271 с. – (Высшее профессиональное образование. Психолого-педагогическое образование. Бакалавриат).

##### *б) дополнительная литература*

Вавилова, В. П. Профилактика психосоматической патологии у детей и подростков в практике врачей первичного звена здравоохранения [Электронный ресурс] : учебное пособие / В. П. Вавилова, Н. К. Перевощикова, Н. И. Тарасов. – Кемерово : Кемеров. гос. мед. акад., 2007. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Зейгарник, Б. В. Патопсихология : учеб. пособие : для студентов вузов / Б. В. Зейгарник. – 5-е изд., стер. – Москва : Академия, 2007. – 208 с. – (Высшее образование) (Classicus. Классическая учебная книга).

Микадзе, Ю. В. Нейропсихология детского возраста : [учеб. пособие] / Ю. В. Микадзе. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 285 с. : ил. – (Учебное пособие).

Старшенбаум, Г. В. Психосоматика и психотерапия : исцеление души и тела / Г. В. Старшенбаум. – Москва : Изд-во Ин-та психотерапии, 2005. – 490 с. – (Серия "Золотой фонд психотерапии").

Хомская, Е. Д. Нейропсихология : учеб. для вузов по направлению "Психология" и спец. "Психология" и "Клинич. психология" / Е. Д. Хомская. – 4-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2013. – 496 с., 6 л. ил. : ил. + 1 CD-ROM.

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

<http://pmarchive.ru/> Практическая медицина

<http://www.bibliotekar.ru/447/> Физиология человека

<http://www.spr-journal.ru/webasyst/category/voprosy-sovremennoj-pediatrici/> Вопросы современной педиатрии

<http://www.recipe.by/izdaniya/periodika/psihiatriya/> Психиатрия, психотерапия и клиническая психология

<http://www.klex.ru/6n1>

<http://s10042.edu35.ru/psikholog/319-kompyuternaya-zavisimost-shkolnikov>

Софья Зеленкова. Психосоматика: биохимия эмоций <https://vimeo.com/75142612>

#### **М.2.1 Диагностика психических состояний**

##### *а) основная литература*

##### **Основная литература**

Перепелкина, Н. О. Психодиагностика [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Н. О. Перепелкина, Е. П. Мутавчи, Н. И. Ермакова. – Москва : Дашков и К; Ай Пи Эр Медиа, 2016. – 224 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Психодиагностика : учеб. пособие / Чуваш. гос. пед. ун-т ; сост. О. В. Чернова. – Чебоксары : ЧГПУ, 2015. – 108 с. : ил.

Психодиагностика [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Чуваш. гос. пед. ун-т ; сост. О. В. Чернова. – Электрон. текстовые дан. pdf. – Чебоксары : ЧГПУ, 2015. – Режим доступа: <http://biblio.chgpu.edu.ru/>.

Смирнов, М. Ю. Психодиагностика и психологический практикум [Электронный ресурс] : учебное пособие для слушателей вузов / М. Ю. Смирнов. – Омск : Омский гос. институт сервиса, 2014. – 218 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Спатаева, М. Х. Психолого-педагогическая диагностика [Электронный ресурс] : учебное пособие / М. Х. Спатаева, Е. Ф. Шамшуралеева, Л. В. Харченко. – Омск : Ом. гос. ун-т, 2015. – 174 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

##### *б) дополнительная литература*

Ассанович, М. А. Интегративная система психодиагностики методом Роршаха [Электронный ресурс] : учебное пособие / М. А. Ассанович. – Москва : Когито-Центр, 2011. – 397 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.



Велиева, С. В. Цветовые психодиагностические методики изучения психических состояний : учеб.-метод. пособие / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2011. – 104 с.

Глуханюк, Н. С. Психодиагностика : учеб. пособие для вузов по направлению подгот. и спец. "Психология" / Н. С. Глуханюк, Д. Е. Щипанова. – Москва : Академия, 2011. – 237 с.

Носс, И. Н. Психодиагностика : учеб. для вузов по направлению "Психология" / И. Н. Носс. – Москва : Юрайт, 2011. – 439 с.

Психолого-педагогический практикум : учеб. пособие для вузов / Чуваш. гос. пед. ун-т ; сост. Т. В. Петрова. – Чебоксары : ЧГПУ, 2010. – 141 с.

Хузеева, Г. Р. Диагностика и развитие коммуникативной компетентности детей младшего школьного возраста : психол.-пед. служба сопровождения ребенка : метод. пособие / Г. Р. Хузеева, Е. В. Быковская, А. А. Трошина. – Москва : ВЛАДОС, 2014. – 80 с.

Шанина, Г. Е. Психологическая диагностика : учеб.-практ. пособие для слушателей спец. "Психология" всех форм обучения / Г. Е. Шанина. – Москва : б. и., 2010. – 215 с.

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

<http://www.psychology.ru/library> – Библиотека;

<http://psylib.kiev.ua> – электронная библиотека;

<http://www.lib.msu.su> – Научная библиотека МГУ;

<http://www.bestlibrary.ru/> – online библиотека;

<http://www.biblioclub.ru/> – ЭБС «Университетская библиотека online»;

#### **М.2.2 Коррекция негативных психических состояний**

##### *а) основная литература*

Крыжановская, Л. М. Методы психологической коррекции личности : учеб. для вузов / Л. М. Крыжановская. – Москва : ВЛАДОС, 2015. – 238 с.

##### *б) дополнительная литература*

Абрамова, Г. С. Графика в психологическом консультировании [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Г. С. Абрамова. – Москва : Пер Сэ, 2012. – 142 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Балашова, С. В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. В. Балашова, Г. И. Дереча. – Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. – 234 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

Маллаев, Д. М. Теория и практика психотехнических игр : учеб.-метод. пособие для вузов / Д. М. Маллаев, Д. И. Гасанова. – Москва : ВЛАДОС, 2014. – 149 с. : ил. – (Развитие, обучение, воспитание в играх).

Психолого-педагогическая коррекция [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие / Чуваш. гос. пед. ун-т ; сост. С. А. Чернов. – Чебоксары : ЧГПУ, 2012. – Режим доступа: <http://biblio.chgpu.edu.ru/>.

Хухлаева, О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учебник для вузов / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. – Москва : Юрайт, 2014. – 423 с.

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

Навигатор в сфере образования – <http://edunews.ru/>

Научная электронная библиотека – <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

Национальная электронная библиотека – <http://www.nns.ru/>;  
<http://www.integrum.ru/>

Официальный сайт Министерства образования и науки РФ – <http://www.mon.gov.ru/>

Портал психологических изданий – <http://www.PsyJournals.ru/>

Психологические исследования – <http://www.psystudy.com/>

Российская государственная библиотека – <http://www.rsl.ru/>

Российская национальная библиотека – <http://www.nlr.ru/>

Российское образование – <http://www.edu.ru/>

#### **М.2.3 Методы психотерапии**

##### *А) основная литература*

Гулина, М. А. Консультативная психология : учеб. пособие для вузов / М. А. Гулина, Ю. П. Зинченко. – Санкт-Петербург : Питер, 2015. – 335 с.

Детская и подростковая психотерапия : учеб. для бакалавриата и магистратуры / Е. В. Филиппова и др. ; под ред. Е. В. Филипповой. – Москва : Юрайт, 2016. – 430 с.

Кочюнас, Р. Групповая психотерапия [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / Р. Кочюнас. – Москва : Академический Проект; Трикста, 2015. – 222 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Макаров, В. В. Избранные лекции по психотерапии [Электронный ресурс] : учебное пособие для вузов / В. В. Макаров. – Москва : Академический Проект, 2016. – 428 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

Старшенбаум, Г. В. Групповой психотерапевт [Электронный ресурс] : интерактивный учебник / Г. В. Старшенбаум. – Саратов : Вузовское образование, 2015. – 116 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

##### *б) дополнительная литература*

Бурно, М. Е. Клиническая психотерапия : учеб. пособие по психотерапии / М. Е. Бурно. – Изд. 2-е, доп. и перераб. – Москва : Акад. проект ; Екатеринбург : Деловая кн., 2006. – 800 с. – (Gaudeamus) (Библиотека психологии, психоанализа, психотерапии / под ред. В. В. Макарова).

Велиева, С. В. Основы психотерапии : учеб.-метод. пособие для вузов по спец. 050716 – Спец. психология / С. В. Велиева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2012. – 88 с.

Гулевский, В. Я. Индивидуальная психотерапия : практикум : учеб. пособие для вузов по направлению и спец. "Психология" / В. Я. Гулевский. – Москва : Аспект Пресс, 2008. – 189 с. : ил.

Маллаев, Д. М. Теория и практика психотехнических игр : учеб.-метод. пособие для вузов / Д. М. Маллаев, Д. И. Гасанова. – Москва : ВЛАДОС, 2014. – 149 с. : ил. – (Развитие, обучение, воспитание в играх).

Назловян, Г. М. Концептуальная психотерапия [Электронный ресурс] : портретный метод / Г. М. Назловян. – Москва : Пер Сэ, 2012. – 239 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

Патеева, О. В. Практикум по психотерапии : учеб. пособие / О. В. Патеева. – Чебоксары : Чуваш. гос. пед. ун-т, 2009. – 233 с.

Петрусинский, В. В. Психотехнические игры и упражнения. Техники игровой психокоррекции / В. В. Петрусинский, Е. Г. Розанова. – Москва : ВЛАДОС, 2013. – 124 с. : ил. – (Развитие, обучение, воспитание в играх).

Старшенбаум, Г. В. Психотерапия в группе [Электронный ресурс] / Г. В. Старшенбаум. – Саратов : Вузовское образование, 2015. – 202 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/>.

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

Авторские статьи по психологии и психотерапии «Психотерапия и консультирование» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: [https://psyonline.ru/psy\\_article/](https://psyonline.ru/psy_article/).

Библиотека сайта «Пси-Фактор» – «Практическая информация для нового качества жизни» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyfactor.org/lybr.htm>.

Виртуальная психологическая библиотека сайта Vital P'Art – Psyberia.Ru «Продвинутая психология для несовершеннолетних» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyberia.ru/work/temes/>.

Всероссийское издание для психологов «Психологическая газета» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psy.su/>.

Ежегодное издание «Psychology in Russia: State of the Art» («Психология в России: современное состояние») [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psychology.inrussia.com>.

Журнал практической психологии и психоанализа [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://psyjournal.ru/>

Интернет-портал «Психологический навигатор» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psynavigator.ru/>.

Психология жизни [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psyllive.ru>.

Сайт @follow.ru («Познай себя и окружающих») [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.follow.ru>

Сайт «Кабинет психологических портретов» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psyhportret.ru>.

Сайт Агентства психологических новостей PsyPress.ru [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psyppress.ru/>.

Сайт Психотерапевт.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.psyhoterapevt.ru/>

#### **М.2.4 Жизненная навигация**

##### *а) основная литература*

Щеголева, Т. М. Психология личности. Закономерности и механизмы развития личности : учебное пособие / Т. М. Щеголева. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Юрайт, 2017.

Хухлаева, О. В. Психологическое консультирование и психологическая коррекция : учебник для вузов / О. В. Хухлаева, О. Е. Хухлаев. – Москва : Юрайт, 2014. – 423 с.

##### *б) дополнительная литература*

Балашова, С. В. Основы психологического консультирования, психокоррекции и психотерапии [Электронный ресурс] : учебное пособие / С. В. Балашова, Г. И. Дереча. – Оренбург : Оренбургская государственная медицинская академия, 2013. – 234 с. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru>.

Гоулман Д. Эмоциональный интеллект на работе. – Москва : АСТ: АСТ Москва, 2010. – 476 с.

Гоулман Д. Эмоциональный интеллект. – Москва : АСТ: АСТ Москва, 2010. – 478 с.

Кляйн С. Секрет удачи. Как научиться властвовать над случаем. – Москва : ОЛМА Медиа Групп, 2010. – 352 с.

Персональный менеджмент / Под общ. ред. С.Д. Резника. – Москва : ИНФРА-М, 2010. – 256 с.

Селигман М. В поисках счастья. Как получать от жизни удовольствие каждый день. – Москва : Манн, Иванов и Фербер, 2010. – 320 с.

#### **Электронные и интернет-ресурсы**

Positive psychology center. – Режим доступа: <http://www.positivepsychology.org>

Study at UEL. – Режим доступа: <http://www.uel.ac.uk>

Positive psychology. – Режим доступа: <http://www.ippanetwork.org>

## **4. ОЦЕНКА КАЧЕСТВА ОСВОЕНИЯ ПРОГРАММЫ (ФОРМЫ АТТЕСТАЦИИ, ОЦЕНОЧНЫЕ И МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ)**

*Оценка качества освоения программы включает текущую, промежуточного и итоговую аттестацию обучающихся.*

Текущий, промежуточный контроль и итоговая аттестация осуществляются по всем предметам учебного плана. Дисциплины читаются в лекционно-семинарском режиме с использованием презентаций, а также предполагается самостоятельная работа слушателей. Семинарские занятия проводятся в виде деловой игры, тренинга и пр. Предусматривается проведение рубежного контроля в форме тестирования или устного опроса после изучения каждой дисциплины.

#### **Организация текущего контроля при изучении дисциплины**

Мероприятия текущего контроля организует преподаватель, ответственный за реализацию дисциплины. Мероприятия текущего контроля могут проводиться:

- во время контактной работы в соответствии с расписанием в присутствии преподавателя;
- в часы самостоятельной работы слушателей без присутствия преподавателя, с последующей проверкой результатов преподавателем;
- с использованием инструментов информационной образовательной среды, дистанционно, как во время контактной работы с преподавателем, так и во время самостоятельной работы слушателей, в том числе и с автоматической оценкой результатов.

Формами текущего контроля могут выступать домашние задания, контрольные и самостоятельные работы, рефераты, эссе, коллоквиумы, лабораторные работы, творческие проекты и другие формы текущего контроля, по решению преподавателя, ответственного за реализацию дисциплины.

Перечень форм текущего контроля, порядок их проведения, используемые инструменты и технологии, критерии оценивания отдельных форм текущего контроля, используемая система оценивания указываются в рабочей программе дисциплины.

Программа дисциплины должна быть доступна слушателям не позднее даты начала обучения дисциплины.

Организация и проведение текущего контроля осуществляется в соответствии с программой дисциплины.

Преподаватель имеет право незначительно корректировать количество и процедуры организации отдельных форм текущего контроля. В этом случае он должен информировать слушателей об изменениях не позднее, чем за сутки до начала проведения мероприятия текущего контроля, в отношении которого произошли изменения.

Преподаватели должны информировать слушателей о результатах текущего контроля не позднее 10 рабочих дней после проведения мероприятия текущего контроля.

Для информирования могут быть использованы различные каналы коммуникации, в том числе электронные. Преподаватель фиксирует оценки текущего контроля в рабочей ведомости преподавателя. Рабочая ведомость преподавателя может вестись в электронном виде, в том числе в информационной образовательной среде, к которой имеют доступ слушатели.

#### Особенности организации промежуточной аттестации

По окончании изучения каждой дисциплины осуществляется промежуточный контроль успеваемости и качества подготовки слушателей посредством проведения зачета или экзамена.

Соответствие уровня сформированности компетенций 100-балльной шкале

Уровень сформированности компетенции	5-балльная шкала	% в системе Moodle	Основные критерии сформированности компетенции
Повышенный	«5»	90-100	слушателем дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине; в ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий. Ответ изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные слушателем самостоятельно в процессе ответа
Базовый	«4»	76-89	слушателем дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, исправленные слушателем с помощью преподавателя

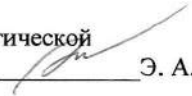
Пороговый	«3»	50-75	слушателем предоставлен недостаточно полный и развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции
Недостаточный уровень	«2»	Менее 49	выставляется обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Обучающийся не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей программе обучения

5. СОСТАВИТЕЛИ ПРОГРАММЫ: к.псх.н., доц.  С. В. Велиева

Согласовано:

Зав. кафедрой

профессор кафедры возрастной, педагогической

и специальной психологии, д.психол.н.  Э. А. Баранова



ПРИНЯТО  
Решение ученого совета  
от «25» мая 2018 г.  
протокол № \_\_\_\_

УТВЕРЖДАЮ  
Ректор ЧГПУ им. И. Я. Яковлева  
\_\_\_\_\_ В.Н. Иванов

**МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФГБОУ ВО "Чувашский государственный педагогический университет им. И. Я. Яковлева"**  
**УЧЕБНЫЙ ПЛАН ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ**  
**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ «Психология психических состояний детей и взрослых»**

**Цель:** приобретение компетенций, необходимых для выполнения нового вида профессиональной деятельности в сфере психологии психических состояний детей и взрослых.

**Задачи:**

- ознакомить с теоретическими и методологическими основаниями, категориальным аппаратом психологии психических состояний;
- сформировать способность к психодиагностике, коррекции, профилактике, психологическому консультированию и терапии психических состояний детей и взрослых с учетом индивидуально-психологических особенностей личности и спецификой выполняемой деятельности;
- участие в проектировании и создании психологически комфортной и безопасной развивающей среды;
- формирование у субъектов образования потребности в саморазвитии и самосовершенствовании;
- формирование знаний о методах саморегуляции и управления психическими состояниями детей и взрослых.

**Формируемые компетенции:**

*общекультурными компетенциями (ОК):*

готовность к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала (ОК-3);

способность работать в команде, толерантно воспринимая социальные, этнические, конфессиональные и культурные различия (ОК-4);

способность к самоорганизации и самообразованию (ОК-5);

*общепрофессиональными компетенциями (ОПК):*

– умением организовывать межличностные контакты, общение (в том числе, в поликультурной среде) и совместную деятельность участников образовательных отношений (ОПК-3);

– способностью анализировать и прогнозировать риски образовательной среды, планировать комплексные мероприятия по их предупреждению и преодолению (ОПК-7);

– готовностью применять активные методы обучения в психолого-педагогическом образовании (ОПК-9);

*профессиональными компетенциями (ПК):*

– способностью проводить диагностику психического развития обучающихся (ПК-1);

– способностью проектировать профилактические и коррекционно-развивающие программы (ПК-2);

– способностью консультировать педагогических работников, обучающихся по вопросам оптимизации образовательной деятельности (ПК-9).

**Базовое образование:** лица, имеющие или получающие высшее или среднее профессиональное образование

**Общая трудоемкость:** 566 часов

**Форма обучения:** очно-заочная (с применением дистанционных образовательных технологий). **Продолжительность программы:** 4,5 месяца.

**Получаемый документ об образовании:** диплом о дополнительном образовании (профессиональной переподготовке) с удостоверением права на выполнение нового вида профессиональной деятельности в сфере психологии психических состояний детей и взрослых.

## ПЛАН УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

№	Наименование дисциплин	Общая трудоемкость, ч.	Всего ч.	Аудиторные занятия, час.		Занятия с применением ДОТ		СРС	Текущий контроль
				Лекции	Практические	Лекции	Практические		
1	2	4	5	6	7	8	9	10	11
<b>Модуль 1. Феноменология психических состояний</b>									
М.1.1	Методология психологии психических состояний	70	36	10		20	6	34	Экзамен
М.1.2	Психология воздействия	40	18	8	4	4	2	22	Зачет
М.1.3	Психические состояния в разных жизненных ситуациях	70	36	12	12	4	8	34	Экзамен
М.1.4	Психосоматика	34	14	4	4	4	2	20	Зачет
<b>Модуль 2. Практическая психология</b>									
М.2.1	Диагностика психических состояний	90	52	12	16	12	12	38	Экзамен
М.2.2	Коррекция негативных психических состояний	90	52	12	16	12	12	38	Зачет
М.2.3	Психотерапия негативных психических состояний	90	52	12	16	12	12	38	Экзамен
М.2.4	Жизненная навигация	82	52	12	16	12	12	30	Зачет
М.3	Итоговая аттестация								итоговый компетентностный экзамен по программе обучения в режиме компьютерного тестирования
	<b>Итого</b>	<b>566</b>	<b>312</b>	<b>82</b>	<b>84</b>	<b>80</b>	<b>66</b>	<b>254</b>	

**РАЗРАБОТЧИКИ:**

Руководитель программы  
Начальник ЦДО  
Проректор по учебной работе и дополнительному образованию



С.В. Велieва  
В.В. Бычков  
Д.Е. Иванов

Министерство образования и науки российской федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Чувашский государственный педагогический университет  
им. И. Я. Яковлева»  
Центр дополнительного образования  
Факультет дошкольной и коррекционной педагогики и психологии

## ПРОГРАММА ИТОГОВОЙ АТТЕСТАЦИИ

### СЛУШАТЕЛЕЙ ПО ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПЕРЕПОДГОТОВКИ

#### «ПСИХОЛОГИЯ ПСИХИЧЕСКИХ СОСТОЯНИЙ ДЕТЕЙ И ВЗРОСЛЫХ»

Утверждена на заседании кафедры возрастной, педагогической и специальной  
психологии  
протокол от «12» апреля 2018 г. №8

Чебоксары  
2018

## 1. Общие положения

1.1. В соответствии с учебным планом, утвержденным ученым советом университета от «25» мая 2018 г., протокол №10, по дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых» предусмотрена итоговая аттестация слушателей в виде итогового междисциплинарного экзамена по программе обучения.

1.2. Требования к профессиональной подготовленности слушателя, необходимые для выполнения им профессиональных функций.

*Выпускник должен обладать знаниями и умениями в сфере психологии психических состояний детей и взрослых.*

*Слушатель должен:*

– **знать:**

• основные теоретические и методологические основы психологии психических состояний;

• основы психодиагностики, коррекции, психологического консультирования и терапии психических состояний детей и взрослых;

• методы саморегуляции психических состояний.

– **уметь:**

• использовать методы и технологии организации психологической помощи детям и взрослым при неблагоприятных психических состояниях;

• проектировать и создавать психологически комфортную и безопасную развивающую среду;

• разрабатывать рекомендации по вопросам развития, коррекции и регуляции психических состояний обучающегося;

– **владеть:**

• культурой мышления, способностью к обобщению, анализу, восприятию информации, постановке цели и выбору путей её достижения;

• методиками диагностики и самодиагностики психического состояния;

• социально-педагогическими, медико-психологическими и социально-психологическими методами и технологиями коррекции, психологического консультирования и терапии психических состояний детей и взрослых с учетом индивидуально-психологических особенностей и спецификой выполняемой деятельности.

**2. Требования к слушателю, проверяемые в ходе итогового междисциплинарного экзамена по программе обучения**

Перечень основных учебных дисциплин (модулей) – дисциплин образовательной программы или их разделов и вопросов, выносимых для проверки на итоговом экзамене: Модуль 1. Феноменология психических состояний: М.1.1 Методология психологии психических состояний; М.1.2 Психология воздействия; М.1.3 Психические состояния в разных жизненных ситуациях; М.1.4 Психосоматика; Модуль 2. Практическая психология: М.2.1 Диагностика психических состояний; М.2.2 Коррекция негативных психических состояний; М.2.3 Психотерапия негативных психических состояний; М.2.4 Жизненная навигация.



## **Модуль 1. Феноменология психических состояний**

### **М.1.1 Методология психологии психических состояний**

#### **1. Психические состояния как объект психологических исследований**

Методология и методы изучения психических состояний. Психическое состояние как категория психических явлений. Психическое состояние: системное описание. Функции психических состояний. Физиологические механизмы психических состояний. Ментальный (осознаваемый) базис психического состояния. Значение и психическое состояние. Смысл и психическое состояние. Классы психических состояний. Неравновесные (неустойчивые) психические состояния. Функциональные состояния. Измененные состояния сознания. Пограничные психические состояния. Психические состояния и социальная среда. Массовидные психические состояния. Саморегуляция психических состояний.

#### **2. История развития учений о психических состояниях.**

Представления о психическом состоянии в Древности и Средневековье. Эмпирико-натуралистический период становления понятия «состояние». Формирование представлений о психическом состоянии в ходе развития психологии как науки. Отечественный период становления понятия о психическом состоянии. Развитие представлений о психических состояниях в довоенный и первые годы послевоенного периода. Анализ состояния проблемы психических состояний на современном этапе. Феноменология психических состояний.

#### **3. Концепции психических состояний**

Исследования феноменологии состояний Б.Г. Ананьева, В.А. Ганзена, Э.И. Киришбаума, Н.В. Мяснищева, В.С. Мерлина, А.О. Прохорова, Ю.Е. Сосновиковой, В.И. Страхова и др.). Связь выразительных движений с состояниями человека (Е.Ф. Бажин, А.А. Бодалев, Н.А. Ганина, А.С. Золотнякова, Т.В. Корнева, В.И. Куницина, В.А. Лабунская). Связь национальной, социальной, профессиональной, культурной среды и состояний (П.М. Якобсон). Гендерное понимание психических состояний и акмеологическое развитие механизма распознавания (А.В. Мудрик, Г. Олпорт). Теория временной перспективы Ж. Нюттена.

#### **4. Концепции регуляции психических состояний**

Модель волевой регуляции Х. Хекхаузена, Ю. Куля, Ю. Бекмана, П. Голвитцера и др. Теория самоэффективности А. Бандуры. Теория внутренней мотивации и самодетерминации Э. Деси и Р. Райана. Исследования мотивации и воли в парадигме смысловой регуляции деятельности (Б.С. Братусь, И.А. Васильев, Ф.Е. Василюк, Б.В. Зейгарник, В.А. Иванников, Д.А. Леонтьев, Е.В. Эйдман). Исследования механизмов регуляции и саморегуляции (Л.С. Выготский, В.К. Вилонас, Ю.Я. Голиков, Л.П. Гримак, Л.Г. Дикая, А.И. Крупнов, А.А. Крауклис, А.Н. Костин, О.А. Конопкин, Э.И. Киришбаум, А.Н. Леонтьев, Н.С. Лейтес, Г.С. Никифоров, М.Г. Николаенко, В.П. Петровский, Е.М. Черепанова и др.). Системно-функциональная модель регуляции психических состояний А.О. Прохорова.

#### **М.1.2 Психология воздействия**

#### **5. Методологические и теоретические основы психологии влияния и убеждения**

Становление и развитие человеческой психики как экосистемы социального

взаимодействия и взаимовлияния. Процессы и структуры социальной реальности. Рефлекторные и рефлексивные механизмы психики человека. Свобода, трансцендентность, творчество и их значение для психологии влияния. Зависимость человека от влияний социума, уязвимость для негативных влияний и иллюзий. Возможности самовлияния.

#### **6. Взаимодействие личности и ситуации**

Внутренняя ситуация личности как фактор влияния. Сознательное и осознаваемое (рефлексивное), бессознательное и неосознаваемое (рефлекторное) в психологии влияния. Эмоциональные, экзистенциальные и культурные составляющие в процессах влияния и убеждения.

#### **7. Концепции и практики социального влияния**

Методы и концепции влияния, пропаганды и дискуссионного убеждения. Поведенческие, когнитивные и логико-риторические подходы к убеждению. Манипуляция. Аттитюды и атрибуты как фильтры и факторы влияния. Концепция социальных автоматизмов Р. Чалдини. Стратегемы и техники влияния и убеждения. Поведенческие и групповые методы влияния и убеждения. Группомыслие (И. Джанис) и групповая дискуссия. Рефлекторное самовлияние.

#### **8. Индивидуальные и групповые формы психотерапии и консультирования как системы влияния и убеждения**

Альтернативные концепции и модели помогающего влияния. Практики социального влияния и убеждения. Влияние и убеждение в торговле, рекламе и политике. Пропаганда и совещательное (дискуссионное) убеждение. Влияние и убеждение в процессах воспитания и образования. Медиакomпетентность и медиапедагогика.

#### **М.1.3 Психические состояния в разных жизненных ситуациях**

#### **9. Эмоциональные состояния**

Настроение. Психические состояния беспокойства, тревоги, страха. Вербальные и невербальные признаки. Классификация тревоги и страхов. Состояние меланхолии. Печаль и меланхолия. Паника. Особенности поведения человека. Состояния эйфории, радости, удовлетворения. Источники положительных эмоциональных состояний. Понятия, состав, функции, диагностика.

#### **10. Активационные состояния**

Состояния возбуждения, скуки и апатии. Вдохновение. Сосредоточенность и рассеянность. Диагностика состояний. Духовные состояния. Состояние подъема.

#### **11. Тензионные состояния**

Состояния напряжения, эмоционального разрешения. Состояния фрустрации. Диагностика состояний. Состояния сенсорного голода. Проблема одиночества. Понятие эмоционального стресса. Фазы стресса. Теория стресса. Понятие, виды и эмоционального стресса. Фазы и способы коррекции эмоционального стресса.

#### **12. Тонические состояния**

Состояния бодрствования. Агрессия/ агрессивность как состояние, черта личности, форма поведения. Состояния утомления и монотонии. Диагностика состояний. Состояние сонливости. Сон. Сновидения.

#### **13. Регуляция психических состояний**

Феноменология регуляции психических состояний. Классификация способов и приемов саморегуляции. Психология самоуправления. Особенности саморегуляции неравновесных состояний в профессиональной деятельности. Профилактика отрицательных состояний.

#### **14. Способы саморегуляции психических состояний**

Преодоление отрицательных состояний. Экстренная саморегуляция. Аутогенная тренировка. Су-Джок терапия. Метод и роль позитивных аффирмаций.

#### **15. Возрастные и педагогические аспекты психических состояний**

Психические состояния детей. Особенности психических состояний детей раннего, дошкольного и младшего школьного возраста. Влияние психических состояний на здоровье детей. Психические состояния в учебной деятельности. Психические состояния в профессиональной деятельности.

#### **16. Переживание горя как психологический процесс**

Основные категории психологии горевания. Категории утрат: физическая, символическая, временная, постоянная, реальная, воображаемая. Горе. Скорбь. Траур. Переживание горя как комплексный феномен. Причины горя. Стадии переживания горя. Представления З. Фрейда. Классификация острого горя Е. Линдемманна. Фазы горя в представлениях Дж. Боулби и К. Паркса. Теория «повторного переживания» горя (В. Волкан). Классификация горя Ф.Е. Василюка. Структура горя Е.В. Лопухиной. Утраты перинатального периода. Стадии горя в перинатальном периоде (Ланцбург М.Е.). Личностные, когнитивные, эмоциональные и телесные проявления на разных стадиях горя. Стадии горя в клинической психологии (Э. Кюблер-Росс). Психогенные реакции больных на поздних стадиях инкурабельных заболеваний (Гнездилов). Гермоген об утешении в смерти близких.

#### **17. Переживание горя как психотерапевтическая задача**

Задачи, решаемые горюющим в ситуации горя (Ю.В. Сидорова): признание факта утраты; переживание боли потери; наладка окружения; выстраивание нового отношения к умершему. Барьеры, препятствующие решению задач переживания горя. Задачи психологического сопровождения утраты на каждой из стадий переживания горя (Ланцбург М.Е.).

#### **18. Горевание в детском и подростковом возрастах**

Стадии переживания горя детьми (Тр. Брэнд): шок и оцепенение; тоска и поиск; дезориентация и дезорганизация; переосмысление и выход из кризиса. Характеристики переживания горя в возрасте от 0 до 2-х лет. Характеристики переживания горя детьми в возрасте от 2 до 6 лет. Характеристики переживания горя детьми от 7 до 12 лет. Характеристики переживания горя в возрасте от 13 до 18 лет. Возможные варианты прощания ребенка с умершим. Осложненное горе, его признаки. Отложенное горе, признаки. Рекомендации к поведению окружающих относительно разных возрастов.

#### **М.1.4 Психосоматика**

#### **19. Теоретические основы психосоматики**

Психосоматика, определение понятия, место психосоматических расстройств в современных классификациях. Конверсионные симптомы, функциональные

психосоматические синдромы, органические психосоматические болезни, психосоматические расстройства, связанные с эмоциональными реакциями и поведением. Патогенез психосоматических расстройств. Варианты развития психосоматических заболеваний.

#### **20. Основные концепции происхождения психосоматических расстройств**

Психосоматический симптом как результат конверсии психической энергии, как результат разрешения конфликта в вегетативной нервной системе, как результат использования незрелых психологических защит, нарушения объектных отношений, потери объекта, самовыражения, ресоматизации функций Я, как результат алекситимии. Нейрофизиологическое направление. Психоэндокринное и психоиммунное направление. Системно-теоретический подход в психосоматике. «Психосоматическая» семья и др. Основные методы клинико-психологической диагностики в психосоматической практике. Принципы интервьюирования психосоматических пациентов, типы вопросов (линейные, циркулярные, стратегические, рефлексивные). Мультиמודальный опросник жизненной истории (А. Лазарус). Психологические тесты в психосоматической практике.

#### **21. Психосоматические расстройства у детей и взрослых**

Психологические аспекты соматических заболеваний. Психосоматические аспекты сердечно-сосудистых (кардионевроз, эссенциальная гипертония, ишемическая болезнь сердца), желудочно-кишечных (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, язвенный колит), кожных (нейродермит) и гинекологических (нарушения менструаций, рак молочной железы) заболеваний. Психосоматические взаимовлияния при болезнях органов дыхания (бронхиальная астма), эндокринных нарушениях (сахарный диабет, заболевания щитовидной железы) и нарушениях пищевого поведения (анорексия, булимия, ожирение). Психосоматические расстройства при тяжелых заболеваниях. Психосоматические расстройства в личностном контексте. Психосоматические расстройства у детей. Психосоматические симптомы и синдромы у детей (младенческая колика, аэрофагия, срыгивания, анорексия, извращение аппетита, жвачка, изменение массы тела, головная боль, лихорадка неясного происхождения, боли в животе, психогенная рвота, запор, понос, энкопрез). Многоосевая диагностика у детей и подростков.

#### **22. Психотерапевтические методы в работе с лицами, имеющими психосоматические заболевания**

Принципы терапии психосоматических расстройств. Формы психотерапии применительно к психосоматической практике. Гипноз и другие трансовые методы в работе психолога. Отдельные эффективные психотерапевтические техники, используемые в соматической клинике: техники психосинтеза, гештальт-терапии, когнитивно-поведенческие, символдраматические и телесно-ориентированные и др. Индивидуальные, семейные и групповые формы.

#### **Модуль 2. Практическая психология**

#### **М.2.1 Диагностика психических состояний**

#### **23. Теоретические основы психодиагностики**

Общенаучное определение диагностики. Проблема определения объекта и предмета психодиагностики, ее цель и задачи. Основные источники психодиагностики. Место современной психодиагностики в системе наук. Области применения психодиагностических результатов. Психодиагностические средства, задачи и методы частных или специальных психодиагностик.

#### **24. Психологический диагноз**

Психологический диагноз: понятие, структура, функции. Способы постановки психологического диагноза. Психологический диагноз, психодиагностические признаки, категории и диагностический вывод. Связь диагноза и прогноза.

#### **25. Методы и методики психодиагностики**

Методы научной и практической психодиагностики. Возможности, достоинства и недостатки измерительных и клинических методов психодиагностики. Требования, предъявляемые к психодиагностическим методам и диагностическим ситуациям.

#### **26. Методы и методики современной психодиагностики психических состояний**

Диагностика равновесных и неравновесных психических состояний, сознания личности. Разновидности методов и методик диагностики психических состояний. Проективные графические методики.

#### **М.2.2 Коррекция негативных психических состояний**

#### **27. Направления психокоррекционной работы**

Понятие психокоррекции. Задачи психокоррекционной работы. Специфика работы психолога по коррекции негативных психических состояний. Формы и виды коррекции. Методологические основы организации психокоррекции негативных психических состояний. Основные методы и принципы психокоррекционной работы. Проблема коррекции психического развития в зарубежной психологии.

#### **28. Психокоррекционная работа негативных психических состояний**

Методы психокоррекции негативных психических состояний. Психокоррекционные игры. Методы коррекции негативных психических состояний. Типичные проблемы коррекции негативных психических состояний и пути их преодоления.

#### **29. Использование арт-терапии в работе с детьми и взрослыми**

Индивидуальные техники арт-терапевтической работы. Групповые техники арт-терапевтической работы.

#### **30. Рисуночные и игровые методы коррекции негативных состояний**

Техники дорисовывания. Техники трансформации рисунка. Индивидуальные техники игровой коррекции негативных состояний. Групповые техники игровой коррекции негативных состояний.

#### **31. Методы психологической коррекции негативных состояний**

Личностно-ориентированные методы психокоррекции негативных состояний групп и ее членов. Суггестивные методы психокоррекции негативных состояний групп и ее членов. Поведенческие методы психокоррекции негативных состояний.

Когнитивные методы психокоррекции негативных состояний. Музыкальные методы психокоррекции негативных состояний.

#### **32. Методы психологической коррекции посттравматических стрессовых расстройств**

Психокоррекционные мероприятия, направленные на восстановление функционального состояния организма, достижение оптимального уровня личностной адаптации и профессиональной работоспособности. Противодействие синдрому выгорания в контексте ресурсной концепции человека. Методы коррекции посттравматических стрессовых расстройств. Психотерапевтические направления помощи на этапах переживания стрессовых расстройств. Методы трансформации личности.

#### **М.2.3 Психотерапия негативных психических состояний**

#### **33. Методология психотерапии**

Понятие психотерапии в психологической практике. Современные представления о психотерапии с точки зрения различных наук. Понятие психотерапии в психологии. Понятие психотерапевтического процесса. Общие факторы психотерапии. Структура психотерапии: модальность, ситуация, формат, длительность, продолжительность и частота сессий. Характеристика клинической и личностной психотерапии. Связь психотерапии с психологической коррекцией и психологическим консультированием. Классификация психотерапии по различным основаниям. Виды психотерапии психических состояний детей и взрослых.

#### **34. Групповые формы психотерапии**

Преимущества групповой формы психотерапии. Типы терапевтических групп. Типичные роли участников группы. Функции руководителя группы. Стили ведения группы. Групповая психотерапия при разных расстройствах.

#### **35. Психологический тренинг как метод практической психологии**

Групповая дискуссия. Ситуационно-ролевые игры. Игровые методы на развитие сензитивности. Медитативные техники, игровые методы. Диагностический и коррекционный подходы к использованию игры. Диагностическая и коррекционная функция игры. Психологические и методические аспекты применения видеосъемки в тренинге. Классификация методов по направленности развития личности. Тренинговая программа развития. Ритуалы группы. Традиционная схема занятия. Правила оформления тренинга.

#### **36. Социально-психологический тренинг в различных психологических школах**

Психоаналитический подход и его разновидности. Групп-аналитический подход. Гуманистический подход. Экзистенциально-гуманистический подход. Бихевиорально-ориентированные группы. Гештальтподход.

#### **37. Психологический тренинг как инструментальное действие**

Трансактный анализ в группе. Психодраматический подход. Группы тренинга. Телесно-ориентированный подход. Нейролингвистическое программирование.

#### **38. Направления психотерапии**

Когнитивная психотерапия (Альберт Эллис и Арон Бек). Особенности дисфункциональных убеждений и ошибочных способов переработки информации.



Процедура, этапы и методы когнитивной терапии. Морита-терапия. Понятие, этапы, методы морита-терапии. Индивидуальная психотерапия (А. Адлер). Основные понятия. Этапы работы с клиентом. Возможности различных психотерапевтических направлений для работы с детьми и взрослыми по преодолению негативных психических состояний. Психоанализ. Поведенческая терапия (Б. Скиннер). Гештальттерапия. Когнитивная психотерапия (А. Эллис и А. Бек). Психодрама. Личностно-ориентированная психотерапия. Терапия творчеством. Сказкотерапия. Психосинтез. Кататимно-имагинативная психотерапия.

### 39. Транзактный анализ

Транзакции (ТА) – как единицы общения. Виды и патологии. Процесс общения с точки зрения транзактного анализа. Основные способы структурирования времени. Формула игры по Э. Берну. Противовес играм. Проектирование позитивного процесса общения. Особенности позиций Я – Родитель, Я – Взрослый, Я – Дитя. Особенности позиций в различных социальных структурах (семья, школа, другое). Управление техникой установления позитивных позиций.

### 40. Место тренинга личностного роста в подготовке специалистов помогающих профессий.

Специфика тренинга личностного роста. Отличия тренинга личностного роста от других форм психологического развития. Понятие групповой динамики. Психотерапевтическая динамика группы как развертывание процесса личностного и профессионального самосознания и самовыражения. Ведущий контекст самосознания как фактор групповой динамики (И.В. Вачков). Самораскрытие, обратная связь и рефлексия как основные механизмы групповой динамики (В.Я. Пахальян, Н.Н. Гавриленко). Самораскрытие как сложное социальное действие, требующее большой ответственности. Ответственное самовыражение и ответственная открытость (Р. Кочюнас). Классификация форм обратной связи. Общие правила реагирования друг на друга в психологическом тренинге. Реагирование друг на друга как форма взаимной помощи, как способ установления личностной идентичности. Саморефлексия (В. Франкл, В.Л. Лефевр, Н.Н. Гавриленко). Конструктивная и «защитная» рефлексия (Г.Н. Траилин). Гиперрефлексия (В. Франкл). Организация тренинга личностного роста в учебном процессе.

### 41. Основные методы группового психологического тренинга

Классификация методов с позиции различных теоретических оснований (психоанализ, гештальтподход, личностно-центрированный, рационально-эмоционально-поведенческий подходы). Игровые методы. Методы арт-терапии в психологическом тренинге. Классификация методов с позиции различных теоретических оснований. Методы, стимулирующие развитие профессионального самосознания и самовыражения. Биографические методы: «Жизненный путь личности» (А. Кроник); «Биографический метод» (Б.Г. Ананьев, Н.А. Логинова); «Творческая уникальность событий в жизни» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов); «Психологическая автобиография» и др. Рефлексивные методы. Рефлексивно-инновационные методы: «Метод рефлексивных инверсий» (С.Ю. Степанов, Е.П. Варламова, А.В. Растянный и др.); «Метод рефлексивных версификаций» (С.Ю.

Степанов); «Метод рефлексивной психоимпровизации» (С.Ю. Степанов); «Рефлексивный полилог» (С.Ю. Степанов, А.В. Растянный) и др. Методы рефлексивной самодиагностики: «Контрасты жизненного пути»; «Контрасты ваших отношений»; «Контрасты школьной жизни, контрасты профессионального пути» (Е.П. Варламова, С.Ю. Степанов). Методы личностно-профессиональной идентификации и рефлексии: «Имя и профессия (личностное и профессиональное имя)»; «Моделирование портрета» («Я» – «Другие»; «Позитивный портрет (Автопортрет)» «Негативный портрет (Автопортрет)»); «Ценности профессиональной группы» – «Мои ценности»; «Автонатюрморт» и др. (Н.Н. Гавриленко).

### М.2.4 Жизненная навигация

#### 42. Смысловая и ресурсная самонавигация

Формирование ясного видения картины собственного успеха. Построение системы конкретных стратегических целей как ступеней к жизненному успеху. Ресурсная навигация личности. Анализ личностных особенностей как факторов жизненного успеха. Определение персональных ресурсов для обеспечения благополучия, эффективного решения наиболее значимых для человека задач.

#### 43. Экзистенциальная и организационная навигация личности

Формирование здорового оптимизма как важнейшего фактора успешности. Формирование и укрепление установки на эффективное использование особенностей собственной личности. Построение реалистичных планов достижения стратегически значимых целей с учетом: возможных помех; источников необходимых ресурсов; возможных способов противодействия негативным факторам. Выявление и использование полезных аналогий. Согласование плана по вехам со сложившейся практикой структурирования своей жизни. Моделирование оптимального поведения в случае провала основного плана. Итоговая оптимизация плана реализации жизненно важных намерений.

#### 44. Сценарно-ролевая, социальная и волевая навигация

Выявление ключевых паттернов модели «Я-идеальное» Социально-психологическое проектирование модели собственной личности, комплиментарной своим представлениям о результатах жизненного успеха. Построение социометрической сети референтных лиц и организаций. Разработка проектов переговоров по согласованию интересов по технологии TOP.

### 2.1 Критерии выставления оценок на итоговом экзамене

Соответствие уровня сформированности компетенций 100-балльной шкале

Уровень сформированности компетенции	5-балльная шкала	% в системе Moodle	Основные критерии сформированности компетенции
Повышенный	«5»	90-100	слушателем дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине; в ответе прослеживается четкая структура и логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий. Ответ изложен литературным языком с использованием современной

			терминологии. Могут быть допущены недочеты в определении понятий, исправленные слушателем самостоятельно в процессе ответа
Базовый	«4»	76-89	слушателем дан полный, развернутый ответ на поставленный вопрос. Ответ четко структурирован, логичен, изложен литературным языком с использованием современной терминологии. Могут быть допущены 2-3 неточности или незначительные ошибки, исправленные слушателем с помощью преподавателя
Пороговый	«3»	50-75	слушателем предоставлен недостаточно полный и развернутый ответ. Логика и последовательность изложения имеют нарушения. Допущены ошибки в раскрытии понятий, употреблении терминов. В ответе отсутствуют выводы. Умение раскрыть значение обобщенных знаний не показано. Речевое оформление требует поправок, коррекции
Недостаточный уровень	«2»	Менее 49	выставляется обучающемуся, обнаружившему пробелы в знаниях основного учебно-программного материала, допустившему принципиальные ошибки в выполнении предусмотренных программой заданий. Обучающийся не может продолжить обучение или приступить к профессиональной деятельности по окончании вуза без дополнительных занятий по соответствующей программе

## 2.2 Порядок проведения экзамена

Работа итоговой аттестационной комиссии осуществляется в соответствии с Положением об итоговой аттестации слушателей по дополнительным профессиональным программам повышения квалификации и профессиональной переподготовки, утвержденным ученым советом университета от 27.02.2015 г., протокол № 7 и Порядком организации и осуществления образовательной деятельности по дополнительным профессиональным программам, утвержденным приказом Минобрнауки России от 01.07.2013 г. № 499.

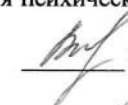

Предусматривается проведение итогового экзамена с использованием электронных образовательных ресурсов или в устной форме. Длительность экзамена – не более 15 минут на одного слушателя.

Перечень наглядных пособий, материалов справочного характера, нормативных документов и образцов техники, разрешенных к использованию на экзамене, возможность пользования электронно-вычислительной техникой, перечень рекомендуемой литературы представлены в Дополнительной профессиональной программе профессиональной переподготовки «Психология психических состояний детей и взрослых».

Составитель программы: к.псих.н., доц.

Согласовано:

Заведующая, д.психол.н., профессор кафедры  
возрастной, педагогической и специальной психологии

 С. В. Велиева  
 Э. А. Баранова