

МИНИСТЕРСТВО ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
федеральное государственное бюджетное учреждение
**«Национальный медицинский исследовательский центр имени В.А.
Алмазова»**
Министерства здравоохранения Российской Федерации
(ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова» Минздрава России)

УТВЕРЖДАЮ
Директор Института медицинского
образования
ФГБУ «НМИЦ им. В.А. Алмазова»
Минздрава России
Е.В. Пармон
«27» января 2023 г.

МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ

по дисциплине **«ОРГАНИЗАЦИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ»**

магистратура по направлению подготовки **37.04.01 Психология**
Профиль **«Кризисная психология и психотравматология»**

Очная форма обучения

Санкт-Петербург
2023

ФГБУ «НМИЦ им. В. А. Алмазова» Минздрава России

Сертификат [01D891DF7BA735C0000A995600060002](#)

Владелец [Пармон Елена Валерьевна](#)

Действителен с [07.07.2022](#) по [07.07.2023](#)



ЛИСТ СОГЛАСОВАНИЯ

Методические материалы по дисциплине «Организация психологической службы» рассмотрены и обсуждены на заседании кафедры психологии «20» декабря 2022г., протокол № 4.

Цель изучения дисциплины: сформировать у обучающихся представления об основах организации психологических служб.

Задачи изучения дисциплины:

1. Познакомить студентов с историей создания психологических служб.
2. Рассмотреть профессиональные цели, задачи и функции психологических служб.
3. Дать представление об административной и профессиональной структуре психологических служб.
4. Рассмотреть направления работы, виды деятельности и основные профессиональные технологии в деятельности психологических служб.

ТЕМА 1. ОСНОВЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ СЛУЖБ

История создания психологических служб в России и за рубежом. Цели и функции деятельности психологических служб. Задачи работы психологической службы. Структура психологической службы. Этические и правовые нормы деятельности психологических служб. Планирование деятельности психолога. Виды планов, реализуемых специалистами психологических служб.

Предпосылки и история создания психологических служб в России и за рубежом. Правовое регулирование работы психологических служб. Задачи работы психологической службы. Виды деятельности психологической службы по объектам. Структура психологической службы по административной линии. Структура психологической службы по профессиональной линии. Виды планов, реализуемых специалистами психологических служб. Перспективное планирование: структура, требования, принципы. Календарное планирование: основы, виды, правила оформления и представления планов.

Практическое задание

Ознакомьтесь с Типовым Положением о психологической службе образовательной организации высшего образования, подготовленным Федеральным ресурсным центром психологической службы в системе высшего образования РАО РФ. Выделите основные рекомендации к организации службы вуза относительно цели и задач ее функционирования, рекомендуемой структуры, штатного состава, направлений работы и межведомственного сотрудничества.

Проведите сопоставительный анализ положений Типового документа с практикой работы психологических служб вузов Российской Федерации. По материалам сайтов служб ознакомьтесь с практикой их работы и в мини-группах из 2-3 обучающихся представьте презентации выполненного анализа по следующим пунктам:

- названия службы;
- базовая организация, принадлежность или учредитель службы;
- цель, задачи, направления деятельности службы;
- формы работы и методы деятельности службы;
- кадровый состав и помещения работы службы.

Контрольные вопросы

1. Изложите основные этапы истории создания психологических служб в России и за рубежом.
2. Назовите цели, задачи и функции деятельности психологических служб.
3. Назовите принципы межведомственного и коллегиального взаимодействия психолога в работе психологической службы.
4. Опишите структуру психологической службы.
5. Назовите этические и правовые нормы деятельности психологических служб.

Темы докладов

1. Правовое регулирование работы психологических служб.
2. Межведомственное взаимодействие служб при оказании психологической помощи.
3. Дистанционные формы работы психологической службы.
4. Работа психолога со смежными специалистами при решении задач психологической службы.
5. Виды практической деятельности психолога: работа с внешними партнерами.

ТЕМА 2. ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ

Направления работы психологических служб. Психологическое информирование, психологическое просвещение, психодиагностика, психологическая профилактика, психологическая коррекция, психологическое консультирование. Межведомственное взаимодействие. Дистанционные формы психологической службы.

Направления работы психологических служб. Дистанционные формы психологической службы. Программы психологической работы психолога. Виды практической деятельности психолога: работа с внешними партнерами. Виды практической деятельности психолога: работа со смежными специалистами.

Практическое задание

Изучите сайты психологических служб и организаций в Российской Федерации и за рубежом.

Группами по 2-3 человека выполните сравнительный анализ сайтов аналогичных по профилю работы отечественных и зарубежных психологических служб. Презентуйте результаты сравнительного анализа группе с опорой на материалы изученных сайтов по следующим пунктам:

- названия служб и адреса страниц в сети Интернет;
- базовая организация, принадлежность или учредитель службы;
- цель, задачи, направления деятельности служб;
- формы работы и методы деятельности служб;
- кадровый состав и помещения работы служб.

Практическое задание

Из источников литературы по дисциплине и материалов специализированных сайтов выделите и презентуйте для группы одну из современных инновационных технологий, реализуемых психологическими службами. Проанализируйте выбранную технологию по следующим пунктам:

- содержание технологии и сфера ее применения,
- инновационность технологии,
- практическая направленность технологии,
- адекватность и применимость в реализации другими психологическими практиками и службами.

По результатам анализа группой создается комплекс инновационных технологий, используемых в деятельности практическими психологами.

Контрольные вопросы

1. Назовите основные направления работы психологических служб.
2. Раскройте задачи и содержание работы психологической службы в направлениях: информирование, психологическая профилактика и психологическое просвещение.
3. Раскройте задачи и содержание работы психологической службы в направлении психодиагностика.
4. Раскройте задачи и содержание работы психологической службы в

направлениях: психологическая коррекция, психологическое консультирование.

5. Изложите принципы планирования работы психологической службы.

Темы докладов

1. Психологическая служба МЧС.
2. Организация и направления деятельности психологической службы образовательного учреждения.
3. Организация и направления деятельности психологической службы в силовых структурах.
4. Организация и направления деятельности психологической службы в медицинских учреждениях.
5. Организация и направления деятельности психологической службы в социальных учреждениях.

ТЕМА 3. ВИДЫ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ, ОРГАНИЗАЦИЯ И СТРУКТУРА КРИЗИСНЫХ СЛУЖБ

Общая характеристика кризисной службы. Виды деятельности кризисных служб. Структура кризисной службы: телефон доверия, амбулаторная помощь, стационар, сопровождение. Нормативные акты, регулирующие деятельность кризисных служб. Отбор и структура подготовки персонала кризисной службы.

Развитие кризисных служб в России и за рубежом. Виды кризисных психологических служб. кризисных служб. Нормативные акты, регулирующие деятельность кризисных служб. Требования к персоналу кризисной службы.

Практическое задание

Совместными усилиями группы составьте максимально возможно подробный перечень актуальных на момент выполнения задания контактов кризисных психологических служб для обращения по следующим категориям:

- службы, оказывающие экстренную психологическую помощь широкому кругу нуждающихся;
- службы, оказывающие психологическую помощь детям и подросткам;
- службы, оказывающие психологическую помощь людям, пострадавшим от насилия.

Выделите психологические службы, в которые можно обратиться круглосуточно, анонимно, бесплатно, очно или с помощью средств связи (телефон, чат-переписка).

Выделите психологические службы, доступные для обращения только жителей Санкт-Петербурга.

Контрольные вопросы

1. Дайте общую характеристику кризисной службы.
2. Назовите виды деятельности кризисных служб.
3. Опишите структуру кризисной службы.
4. Назовите нормативные акты, регулирующие деятельность кризисных служб.
5. Назовите требования к персоналу кризисной службы.

Темы докладов

1. Развитие кризисных служб в России и за рубежом.
2. Виды кризисных психологических служб.
3. Нормативные акты, регулирующие деятельность кризисных служб.
4. Требования к персоналу кризисной службы.
5. Организация межведомственного взаимодействия при оказании психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях.

ТЕМА 4. ПРОФИЛАКТИКА ЭМОЦИОНАЛЬНОГО ВЫГОРАНИЯ СОТРУДНИКА КРИЗИСНОЙ СЛУЖБЫ

Феномен «эмоционального выгорания»: симптомы, причины и последствия. Основные условия профилактики выгорания: . Формы и технологии профилактики «эмоционального выгорания».

Симптомы, причины и последствия эмоционального выгорания. Основные условия профилактики выгорания: личностный рост, профессиональное развитие (повышение квалификации), оптимальный баланс работы и отдыха сотрудника кризисной службы. Формы и технологии профилактики «эмоционального выгорания». Супервизия в кризисной службе: индивидуальный, групповой и организационный подходы.

Изучению психологической стороны работы специалистов, по роду своих занятий непосредственно контактирующих с людьми, в том числе и психологов, посвящено много исследований. Одним из аспектов таких исследований является изучение феномена «эмоционального выгорания» как защитной психологической реакции на чрезмерные эмоциональные нагрузки. В настоящее время научный и практический интерес к выгоранию обусловлен тем, что этот синдром непосредственно проявляется в ситуациях, связанных с самочувствием, здоровьем работников, эффективностью их труда и стабильностью деловой жизни организации.

Синдром эмоционального выгорания (СЭВ) — реакция организма, возникающая вследствие продолжительного воздействия профессиональных стрессов средней интенсивности. Это процесс постепенной утраты эмоциональной, когнитивной и физической энергии, проявляющийся в симптомах эмоционального, умственного истощения, физического утомления, личной отстраненности и снижения удовлетворения исполнением работы.

Первые работы по этой проблеме появились в США. Американский психиатр Н. Freudenberger в 1974 г. писал феномен «burnout» для характеристики психологического состояния здоровых людей, находящихся в интенсивном и тесном общении с пациентами (клиентами) в эмоционально нагруженной атмосфере при оказании профессиональной помощи. Социальный психолог К. Maslach (1976 г.) определила это состояние как синдром физического и эмоционального истощения, включая развитие отрицательной самооценки, отрицательного отношения к работе, утрату понимания и сочувствия по отношению к клиентам (пациентам), подчеркивая, что выгорание — это не потеря творческого потенциала, не реакция на скуку, а скорее эмоциональное истощение, возникающее на фоне стресса. К. Маслач описала выгорание как отношение человека к своей работе; это определение было далее концептуализировано как континуум между негативным опытом эмоционального выгорания и позитивным опытом вовлеченности. В этом континууме есть 3 взаимосвязанных измерения, в том числе истощение-энергия, цинизм-вовлеченность и неэффективность-эффективность. Утомление — это не просто пережитое, а скорее побуждающее к действиям, посредством которого сотрудники эмоционально и когнитивно дистанцируются от своей работы, предположительно в качестве механизма выживания. Цинизм (или деперсонализация) — это попытка дистанцироваться между собой и различными аспектами работы. В рабочей среде выгорание находится на одном конце континуума, поскольку люди устанавливают рабочие отношения, тогда как на другом конце континуума люди испытывают энергию, вовлечены в свою работу и испытывают чувство эффективности. Два основных фактора выгорания включают чрезмерную рабочую нагрузку и конфликты личных ценностей с ценностями организации. Таким образом, выгорание вызвано неудовлетворенными ролевыми ожиданиями внутри организации и больше связано с организационными ожиданиями. Симптомы выгорания развиваются в результате стрессовых ситуаций на рабочем месте, в отличие от симптомов, связанных с травмой и/или страданиями других.

Первоначально под эмоциональным выгоранием подразумевалось состояние изнеможения с ощущением собственной бесполезности. Позже симптоматика данного синдрома существенно расширилась за счет психосоматического компонента. Исследователи все больше связывали синдром с психосоматическим самочувствием, относя его к состояниям предболезни. В Международной классификации болезней (МКБ+Х) СЭВ первоначально был отнесен к рубрике Z73 — «Стресс, связанный с трудностями поддержания нормального образа жизни. Обозначаемое им явление рассматривалось в рамках понятия «утомление» и описывалось комбинацией двух характеристик: «накопленная усталость» и «психическая сатурация». В последнее время выгорание было признано психиатрической патологией в Международной классификации болезней (МКБ-11) (Всемирная организация здравоохранения, 2019 г.), где оно представлено как синдром, возникающий в результате хронического стресса на рабочем месте, с которым не удается справиться, и определяется следующим образом: чувство истощения или истощения энергии, увеличение умственной дистанции от работы или чувство негативизма или цинизма, связанное с работой, и снижение профессиональной эффективности. МКБ-11 содержит следующее определение эмоционального выгорания: «Эмоциональное выгорание — это синдром, признаваемый результатом хронического стресса на рабочем месте, который не был успешно преодолен»

В. Бойко считает, что эмоциональное выгорание это «...выработанный личностью механизм психологической защиты в форме полного или частичного исключения эмоций (понижения их энергетики) в ответ на избирательные психотравмирующие воздействия» К. Кондо определяет синдром «эмоционального сгорания» как дезадаптированность к рабочему месту из-за чрезмерной рабочей нагрузки и неадекватных межличностных отношений. Этому определению соответствует и данное им толкование понятия «сгорание», которому подвержены прежде всего те, кто альтруистически и интенсивно работает с людьми. Такая эмоционально напряженная работа сопровождается чрезмерной тратой психической энергии, приводит к психосоматической усталости (изнурение) и эмоциональному истощению (исчерпывание) в результате появляются беспокойство (тревога), раздражение, гнев, пониженная самооценка на фоне учащенного сердцебиения, одышка, желудочно-кишечные расстройства, головные боли, пониженное давление, нарушение сна; как правило, возникают и семейные проблемы. Воздействие стрессогенных факторов, вызывающих явление «эмоционального сгорания» охватывает значительный круг профессий, расширение подверженных этому заболеванию. В соответствии с подходом американских психологов К. Маслач и С.Е. Джексона синдром выгорания представляет собой трёхмерный конструкт, включающий эмоциональное истощение; деперсонализацию (тенденцию развивать негативное отношение к клиентам); редуцирование личных достижений проявляется либо в тенденции к негативному оцениванию себя в профессиональном плане, либо в редуцировании собственного достоинства, ограничении своих возможностей, обязанностей по отношению к другим, снятие с себя ответственности и перекладывание её на других. М. Буриш считает, что «Выгорание – психологический термин, обозначающий симптомокомплекс последствий длительного рабочего стресса и определенных видов профессионального кризиса»

Японские исследователи считают, что для определения эмоционального выгорания к трёхфакторной модели К. Маслач следует добавить четвертый фактор «Involvement» (зависимость, вовлечённость), который характеризуется головными болями, нарушением сна, раздражительностью, а также наличием химических зависимостей (алкоголизм, табакокурение). Е. Махер обобщил перечень симптомов «эмоционального сгорания»: усталость, утомление, истощение; психосоматические недомогания, бессонница, негативное отношение к клиентам; негативное отношение к самой работе; скудность репертуара рабочих действий; злоупотребления химическими агентами: табаком, кофе, алкоголем, наркотиками; отсутствие аппетита или, наоборот, переедание, негативная «Я-концепция»; агрессивные чувства (раздражительность, напряженность, тревожность,

беспокойство, взволнованность до перевозбуждения, гнев); упадническое настроение и связанные с ним эмоции (цинизм, пессимизм, чувство безнадежности, апатия, депрессия, ощущение бессмысленности); переживание чувства вины.

В исследованиях, посвящённых синдрому эмоционального выгорания (СЭВ), важное место уделяется факторам, инициирующим его появление и развитие. К основным факторам синдрома эмоционального выгорания, согласно исследованиям различных авторов, относятся: наличие высокой психической нагрузки, высокий уровень ответственности за результаты своей работы, организационный стресс, высокая напряженность в работе, длительные рабочие стрессы, трудности и препятствия в профессиональном развитии, сниженная самооценка качества работы.

В современной консультативной психологии, по мнению Н.Е. Водопьяновой и Е.С. Старченковой, Е.В. Котовой, Н.И. Влах выделяют следующие основные группы задач психологической помощи при синдроме эмоционального выгорания: 1) информационно-справочные, просветительские; 2) диагностические (в идеале – помощь в самопознании); 3) профилактические; 4) морально-эмоциональная поддержка клиента; 5) непосредственно индивидуальная или групповая психологическая помощь клиентам.

По критерию ключевых причин развития эмоционального выгорания в своей работе Н.Е. Водопьянова выделяет три подхода к преодолению эмоционального выгорания: личностно-ориентированный, организационно-ориентированный и профессионально-комплексный. Организационно-ориентированный подход подразумевает под собой помощь в противодействии выгоранию на уровне отдельных подразделений и организации, в целом. Для этого предлагается использовать эффективные организационно-ориентированные методы, в которые можно включить: наставничество, направление на повышение квалификации, помощь в планировании карьеры. Личностно-ориентированный подход предлагает сосредоточиться на восстановлении утраченных ресурсов, помощь в таком направлении, как личностный рост, развитие субъективных свойств, личных и профессиональных навыков посредством личного развития, самопомощи и посторонней помощи. Необходимо учитывать, что психологическая помощь будет эффективной только, если субъект этой помощи будет активен и заинтересован в процесс борьбы с эмоциональным выгоранием. В профессионально-комплексном подходе предлагается использовать профилактику синдрома одновременно на личностном и организационном уровнях.

Практическое задание

Ознакомьтесь с методикой Маслач «**Опросник выгорания**» (Приложение 2). Проведите самообследование. Составьте психодиагностическое заключение по материалам использованной методики.

По результатам диагностики предложите комплекс мер психологической самопомощи, которые можно применить для элиминации выявленных симптомов выгорания.

Практическое задание

В мини-группах по 3-4 человека разработайте программу психологической профилактики синдрома профессионального выгорания для сотрудников кризисной психологической службы с указанием следующих пунктов.

1. Цель и задачи программы.
2. Значимые характеристики целевой аудитории.
3. Длительность программы, временная структура программы.
4. Условия и средства, необходимые для проведения программы.
5. План-макет программы психологической профилактики с указанием последовательности мероприятий, методов и порядка их проведения.

Контрольные вопросы

1. Дайте общую характеристику феномену «эмоционального выгорания»: симптомы, причины и последствия.
2. Назовите факторы формирования эмоционального выгорания сотрудника кризисной службы.
3. Перечислите приемы профилактики эмоционального выгорания сотрудника кризисной службы.
4. Раскройте значение супервизорской поддержки в профилактике эмоционального выгорания сотрудника кризисной службы.
5. Раскройте значение обучения в профилактике эмоционального выгорания сотрудника кризисной службы.

Темы докладов

1. Симптомы, причины и последствия эмоционального выгорания.
2. Основные условия профилактики выгорания: личностный рост, профессиональное развитие (повышение квалификации), оптимальный баланс работы и отдыха сотрудника кризисной службы.
3. Формы и технологии профилактики «эмоционального выгорания».
4. Супервизия как метод профилактики профессионального выгорания сотрудников кризисных психологических служб.
5. Супервизия в кризисной службе: индивидуальный, групповой и организационный подходы.

ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ ДЛЯ КОНТРОЛЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

1. К видам деятельности психологических служб не относится:
 - a) психологическое просвещение
 - b) психологическая диагностика
 - c) психологическая коррекция
 - d) психотерапия
2. Психологическая служба - это:
 - a) система профессиональной деятельности психолога
 - b) оказание консультативной помощи населению
 - c) психологические мероприятия
 - d) система психологического обслуживания населения
3. Практический психолог в своей деятельности руководствуется:
 - a) этическим кодексом
 - b) требованиями клиентов и пациентов
 - c) мнением родственников клиентов и пациентов
 - d) интуицией
4. Один из принципов, регламентирующих коммуникацию практического психолога:
 - a) аутентичность
 - b) интегрированность
 - c) конфиденциальность
 - d) эмпатийность

5. В основу планирования просветительской психологической деятельности должны быть положены:

- a) задачи психологической службы в учреждении, актуальные запросы целевой группы
- b) общий план деятельности ОУ и требования администрации школы
- c) профессиональные предпочтения специалиста, и актуальные запросы целевой группы
- d) запросы родительского комитета

6. Психологическая служба образования в России как структурный компонент целостной системы образования страны является:

- a) подсистемой системы образования, целью которой является содействие образовательному учреждению в создании такой ситуации, которая обеспечивает позитивное развитие личности всех участников образовательного процесса
- b) самостоятельной системой, дополняющей и контролирующей деятельность учреждений образования по обеспечению позитивного развития личности всех участников образовательного процесса
- c) независимой структурой, занимающейся координацией деятельности учреждений образования по обеспечению позитивного развития личности всех участников образовательного процесса, и обеспечивающей психологическую поддержку населению
- d) подсистемой системы социальной защиты населения

7. Совокупность стойких симптомов, проявляющихся в негативных эмоциональных переживаниях и установках относительно своей работы (профессии) и субъектов делового общения...

- a) профессиональное выгорание
- b) психологическое выгорание
- c) невротическое расстройство

8. К личностным факторам, предрасполагающим к возникновению профессионального выгорания, следует отнести:

- a) слабость психологических защит
- b) психогении, длительные стрессы
- c) генетическая предрасположенность
- d) социально-психологический климат в организации

9. Состояние эмоциональной опустошенности индивидов, обуславливающее утрату интереса к работе, ощущение беспомощности.

- a) депрессия
- b) астения
- c) эмоциональное истощение

10. Компонент профессионального выгорания, проявляющийся в развитии у работников чувства некомпетентности в своей профессиональной сфере или неудовлетворенности результатами своей работы.

- a) деперсонализация
- b) снижение самооценки
- c) редукция профессиональных достижений

11. Компонент профессионального выгорания, проявляющийся в циничном отношении к субъектам делового взаимодействия: клиентам, пациентам, ученикам, коллегам, партнерам.

- a) деперсонализация
- b) повышение самооценки
- c) редукция профессиональных достижений

12. Укажите исчерпывающую характеристику высокоэффективной команды:

- a) группа, у которой имеется потребность в повышении эффективности совместного труда; есть возможность стать командой, но она не сосредоточилась на коллективном выполнении работы и не пробует делать это
- b) группа, у которой нет потребности в повышении эффективности совместного труда или нет возможности стать командой
- c) группа, у которой имеется существенная потребность в повышении эффективности совместного труда, и она пробует это делать
- d) реальная команда, члены которой обладают высокой взаимной ответственностью и добиваются результата, который превосходит ожидания окружающих; методы работы и взаимодействия в группе способствуют личностному росту и успеху членов команды

13. Какой ключевой принцип командной работы на основе ролевого подхода должен быть соблюден?

- a) коллективной ответственности
- b) высокого профессионализма
- c) взаимодополнения
- d) консенсуса

14. Укажите характеристику, которая является отличительной чертой эффективного общения лидера:

- a) соподчиненное общение, разговор людей, имеющих разный статус
- b) соотнесенное общение, «разговор на равных»
- c) основным содержанием сообщений выступают
- d) используются социально-ориентированные обращения, общение на уровне социальных ролей

15. Эффект, возникающий в командной деятельности, который приводит к тому, что результат усилий членов команды оказывается больше суммы тех потенциальных результатов, которые они могли бы получить, работая порознь - это:

- a) синергетический эффект
- b) кумулятивный эффект
- c) системный эффект
- d) сложение усилий

16. Какая функция социальных коммуникаций несет в себе смысл средства объединения людей?

- a) трансляционная
- b) инструментальная
- c) экспрессивная
- d) синдикативная

17. Самосоздание устойчивости и порядка в команде – это:

- a) управление
- b) сплоченность
- c) самоорганизация
- d) групповая поляризация

18. ... – уровень взаимодействия, при котором люди осознают содержание и структуру настоящего и возможного очередного действия партнера, а также взаимно содействуют достижению единой цели.

- a) взаимоотношение
- b) взаимопонимание
- c) взаимовлияние

19. Корпоративная этика определяется как:

- a) устойчивая система коллективных ценностей, традиций, убеждений, норм поведения сотрудников организации
- b) алгоритм партнерского общения
- c) культура человеческого потенциала
- d) принятые в организации формы поощрения

20. Способность устанавливать и поддерживать необходимые контакты с другими людьми - это:

- a) коммуникативная компетентность
- b) социальная компетентность
- c) коммуникативные знания
- d) общительность

21. Кризис – это:

- a) особое состояние, характеризующееся резкими психологическими изменениями
- b) реакция эмоционального напряжения в ситуации непреодолимых препятствий (реальных или вымышленных)
- c) общая, неспецифическая реакция мобилизации ресурсов организма в ответ на воздействие любых неблагоприятных факторов
- d) столкновение противоположно направленных целей, интересов, мнений, позиций оппонентов или субъектов взаимодействия

22. Кризисное событие, это:

- a) событие, вызывающее состояние дисфории
- b) событие, вызывающее психическое напряжение
- c) событие, выходящее за рамки обычного опыта
- d) событие, вызывающее амнезию

23. К принципу кризисной интервенции относится:

- a) акцент на событиях раннего детства
- b) безотлагательность
- c) интервенция в глубокие слои сознания
- d) личностная переработка

24. К основным стратегиям психологической помощи при кризисе относятся:

- a) возвращение целостности личности, принятие личной ответственности за свою жизнь
- b) усиление эмоциональных контактов с близкими людьми
- c) работа с планами на будущее
- d) развитие эмоционального интеллекта

25. Наиболее уязвимыми возрастными группами по воздействию кризисных ситуаций на психическое здоровье человека являются:

- a) молодежь
- b) зрелые люди
- c) дети и подростки

ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ:

Основная литература:

1. Хухлаева, О. В. Психологическая служба в образовании. Школьный психолог : учебное пособие для вузов / О. В. Хухлаева. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 353 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-06780-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/493110> (дата обращения: 29.04.2022).

2. Шарапов, А. О. Экстренная психологическая помощь : учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. В. Логинова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 212 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11584-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/495887> (дата обращения: 29.04.2022).

Дополнительная литература:

1. Савинков, С. Н. Психологическая служба в образовании : учебное пособие для вузов / С. Н. Савинков. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 169 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14011-8. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/496793> (дата обращения: 29.04.2022).

2. Савинков, С. Н. Психологическая служба и сопровождение сотрудников силовых структур : учебное пособие для вузов / С. Н. Савинков. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 208 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15252-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/488193> (дата обращения: 29.04.2022).

ГЛОССАРИЙ

Автономность – качество, которое выражается в раскрытии или восстановлении трех следующих способностей: осознания, спонтанности и интимности; любое поведение, мышление или чувства, которые являются реакцией на реальность «здесь и теперь», а не на сценарные убеждения.

Авторитаризм - склонность человека к властному управлению другими людьми, подавлению их инициативы, использованию мер принуждения.

Агрессивность – склонность к деструктивному поведению, наносящему моральный и/или физический ущерб окружающим, вызывающему психологический дискомфорт.

Агрессивное поведение - мотивированное деструктивное поведение, наносящее моральный и/или физический ущерб окружающим, вызывающее психологический дискомфорт.

Адаптация – процесс приспособления живого организма к окружающим условиям

Адаптивность - результат приспособления человека к новым условиям жизни, к другим людям и социальным обстоятельствам.

Гиперопека – чрезмерная забота о детях, которая выражается в стремлении родителей

окружать ребенка повышенным вниманием, защищать даже при отсутствии реальной

опасности, постоянно удерживать около себя, "привязывать" детей к своему настроению и чувствам, обязывать их поступать определенным, наиболее безопасным для родителей

способом.

Гиперпротекция - опека над ребёнком, лишение его самостоятельности, чрезмерный контроль за его поведением - всё это характеризуется воспитанием по типу гиперпротекции.

Девиантное (отклоняющееся) поведение – совершение поступков, которые противоречат нормам социального поведения в том или ином сообществе. К основным видам девиантного поведения относятся, прежде всего, преступность, алкоголизм и наркомания, а также самоубийства, проституция.

Дезадаптация - нарушение приспособления (адаптации) организма к меняющимся условиям окружающей и внутренней среды.

Детская гиперактивность – отклонение от возрастных норм онтогенетического развития. Характеризуется невнимательностью, отвлекаемостью, импульсивностью в социальном поведении и интеллектуальной деятельности и повышенной активностью при нормальном уровне интеллектуального развития. Все это приводит к слабой успеваемости в школе и низкой самооценке. Первые признаки гиперактивности могут наблюдаться в возрасте до 7 лет.

Десенсибилизация - уменьшение до практического исчезновения чувствительности организма животного, включая человека, к воздействию каких-либо раздражителей.

Дивергентное мышление (от лат. *divergere* – расходиться) – форма мышления. Основано на стратегии генерирования множества решений одной единственной задачи.

Дисграфия – нарушение письма, сопровождающееся заменой букв, пропусками, перестановками букв и слогов, и слиянием слов, обусловленное нарушением речевой системы в целом.

Депривация – разорванность уз привязанности. Термин введен Дж. Боулби, который считал, что люди, лишённые материнской заботы и любви в раннем детстве испытывают задержку в эмоциональном, физическом или интеллектуальном развитии.

Детоцентризм – стиль родительского воспитания основанный на признании самостоятельной ценности ребенка и родительской любви как одной из главных нравственных ценностей общества.

Задержка психического развития – аномалия развития, которая обычно проявляется на начальных стадиях обучения. Характеризуется трудностями усвоения знаний, умений и навыков при обучении.

Зона ближайшего развития – понятие, введенное Л.С. Выготским. Характеризует процесс подтягивания психического развития вслед за обучением. Эта зона определяется содержанием таких задач, которые ребенок может решить лишь с помощью взрослого, но после приобретения опыта совместной деятельности он становится способным к самостоятельному решению аналогичных задач.

Идентификация - отождествление, уподобление в самом широком смысле. Применяется в различных областях науки и практики, например в криминалистике (сличение почерка, фотографии и объекта и т.д.). В психологии употребляется в разных значениях: 1) узнавание, опознание какого-либо объекта; 2) процесс бессознательного отождествления человеком себя с другим человеком или группой.

Идентичность - свойство человека быть самим собой, сохранять длительное время свою индивидуальность, оставаться верным себе.

Индивидуальный стиль деятельности (в труде, учении, спорте) - характерная для данного человека система приемов и способов выполнения той или иной деятельности, обеспечивающая больший или меньший успех.

Интерииоризация - процесс формирования внутренних структур человеческой психики посредством усвоения структур внешней деятельности.

Конвергентное мышление - (от лат. convergere – сходиться) – форма мышления. Основано на стратегии точного использования предварительно усвоенных алгоритмов решения определенной задачи, т.е. когда дана инструкция по последовательности и содержанию элементарных операций по решению этой задачи.

Лабильность - одно из основных свойств нервной системы, характеризующее функциональную подвижность нервных процессов, скорость их возникновения и прекращения.

Наглядно–действенное мышление – форма мышления, вплетенная в реальное манипулирование предметами и обслуживающая прежде всего практические задачи.

Наглядно–образное мышление – мышление, в основе которого лежит моделирование и разрешение проблемной ситуации в плане представлений. Выступая следующим этапом развития интеллекта после наглядно–действенного мышления, данный вид мышления основан на использовании определенных перцептивных эталонов, на основе которых возможно вскрытие перцептивно неочевидных связей объектов.

Негативизм детский – форма общения ребенка, в которой он делает попытки отстоять права своей личности путем противодействия требованиям окружающих. Может проявляться в упрямстве, грубости, в замкнутости.

Образовательное учреждение – организация, ориентированная на подготовку (социализацию) подрастающего поколения к взрослой жизни с 2-3 летнего возраста до включения в самостоятельную профессиональную деятельность.

Обучаемость - способность к овладению новым, в том числе учебного, материала (новых знаний, действий, новых форм деятельности). Обучаемость, основываясь на способностях (в частности, особенности сенсорных и перцептивных процессов, памяти, внимания, мышления и речи), и познавательной активности субъекта, по-разному проявляются в разных деятельности и в разных учебных предметах.

Обучение - система организации способов передачи индивиду общественно-исторического опыта, выработанного в процессе социальной практики: знаний, умений, способностей, видов и способов деятельности в нормативных для конкретно-исторических условий показателях. Целью этой деятельности является планомерное и направленное психическое развитие индивида.

Педология - (от греч. pais – дитя и logos – слово, наука) – направление в психологии и педагогике, возникшее в конце XIX в. под действием эволюционных идей, связываемое прежде всего с именем С. Холла, который в 1889 г. создал первую педологическую лабораторию. В педологии ребенок рассматривался комплексно, во всех

своих проявлениях, в постоянном развитии и в различных, в том числе социальных условиях.

Профориентация - система мер, направленных на оказание помощи молодежи в выборе профессии.

Психокоррекция - психологическая помощь по преодолению недостатков психического развития.

Психологическая адаптация – приспособление человека к существующим в обществе требованиям и критериям оценки за счет присвоения норм и ценностей данного общества.

Психологическая готовность к школьному обучению – сформированность у ребенка психологических свойств, без которых невозможно успешное овладение учебной деятельностью в школе. Выделяют: общую психологическую готовность, о которой свидетельствуют показатели интеллектуального и сенсомоторного развития, и специальную, о которой свидетельствуют достижения по программам дошкольного обучения (счет в пределах десяти, скорость чтения) и общую личностную готовность как интегративный показатель уже достигнутого психического развития (произвольность деятельности, адекватность общения со взрослым и сверстником, положительное отношение к школе и обучению).

Психологическая служба образования – система психологической сопровождения деятельности в сфере образования, призванная к созданию благоприятных условий для обучения и личностного развития учащихся.

Психологическое обеспечение образовательного учреждения – система работы психологической службы, включающая в себя: психологическое просвещение, психологическую профилактику, психологическую диагностику, коммуникативную и психологическую коррекцию всех участников педагогического процесса.

Психологическое сопровождение образовательного учреждения - целостный и непрерывный процесс изучения и анализа, формирования, развития и коррекции всех субъектов обучения и воспитания, попадающих в поле деятельности психологической службы или конкретного практического психолога.

Психопрофилактика - система мероприятий, направленных на предупреждение психогений и психосоматических (гипертония, язвенная болезнь и т.п.) болезней, а также отклоняющегося поведения.

Психосоматика - направление в медицинской психологии, занимающееся изучением влияния психических факторов на возникновение и протекание некоторых соматических заболеваний (бронхиальной астмы, гипертонической болезни, язвы 12-перстной кишки, язвенного колита, полиартрита, стенокардии, нейродермита).

Реабилитация- восстановление социального статуса человека; восстановление хорошей формы или соответствующего состояния функционирования.

Регрессия поведения - форма психической защиты, выражающаяся в возврате к более ранним, более примитивным (нередко детским) формам поведения, которые в прошлом оказывались успешными.

Референтная группа (от англ. refer – относиться) – социальная группа, по отношению к которой индивид чувствует свою принадлежность, с которой он себя идентифицирует. При этом реально принадлежать он может совершенно к другой группе.

Самоактуализация - стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих задатков, способностей, личностных возможностей.

Саморегуляция психическая - система действий человека, направленных на достижение и поддержание необходимого психического состояния, управление своей психикой.

Сензитивные периоды развития (от лат. *sensus* – чувство, ощущение) – возрастные интервалы индивидуального развития, при прохождении которых внутренние структуры наиболее чувствительны к специфическим влияниям окружающего мира. В развитии психических функций подобные сензитивные периоды также играют очень важную роль.

Сенсомоторика (от лат. *sensus* – чувство, ощущение и *motor* – двигатель) – взаимокоординация сенсорных и моторных компонентов деятельности: получение сенсорной информации приводит к запуску тех или иных движений, а те, в свою очередь, служат для регуляции, контроля или коррекции сенсорной информации. В качестве основного сенсомоторного механизма выступает рефлексорное кольцо.

Скрытая леворукость – сформированные в обучении навыки использования правой руки как ведущей у левшей.

Страх – состояние, которое возникает, прежде всего в ситуациях, когда мотивация избегания не может быть реализована. Возникает, если индивид имеет побуждение и осознанную цель покинуть ситуацию, но продолжает в силу внешних причин оставаться в ней. В подобных условиях локальный страх может стать генерализованным. Как показано в экспериментах И.П. Павлова и Дж. Вольпе, на основе генерализованного страха происходит научение и страх приобретает форму личностной нелокализованной тревожности, или, связываясь с широким кругом более или менее случайных предметов или ситуаций, становится фобией.

Стресс – понятие, введенное Г. Селье в 1936 г. для обозначения состояния психического напряжения, обусловленного выполнением деятельности в особенно сложных условиях. В зависимости от выраженности стресс может оказывать на деятельность как положительное влияние, так и отрицательное (до ее полной дезорганизации)

Стрессоры – внешние или внутренние воздействия, приводящие к возникновению стрессовых состояний. К ним могут относиться сильные физические и психические травмы, кровопотеря, мышечные нагрузки, инфекции.

Социальная адаптация – процесс интеграции человека в общество, в результате которого достигается формирование самосознания и ролевого поведения, способности к самоконтролю и самообслуживанию, адекватных связей с окружающими.

Социальная ситуация развития - специфическая для каждого возрастного периода система отношений человека к социальной действительности, отраженная в его переживаниях и реализуемая им в совместной деятельности с другими людьми; понятие введено Л.С. Выгодским.

Сенсибилизация - (от лат. *sensibilis* – чувствительный) – повышение чувствительности нервных центров под влиянием действия раздражителя. При применении сенсорных раздражителей С. обычно маскируется одновременно развивающимся процессом сенсорной адаптации.

Тревожность - индивидуальная психологическая особенность, проявляющаяся в повышенной склонности человека испытывать беспокойство и тревогу в самых различных жизненных ситуациях. Эмоциональное расстройство, которое сопряжено с устойчивым переживанием неблагополучия в тех или иных сферах жизни индивида (школьная, межличностная, экзаменационная...) или быть генерализованным свойством личности.

Умственная отсталость - стойкое, необратимое нарушение психического развития (в первую очередь интеллектуального), обусловленное недостаточностью центральной нервной системы.

Фобия - навязчивые состояния страха перед определенными объектами и ситуациями, не представляющими реальной угрозы, (навязчивый страх покраснеть, страх пребывания на открытых местах, страх смерти, страх перед школой и т.д.). Развиваются при некоторых психозах.

Школьная психологическая служба - специализированное подразделение в системе народного образования, основная задача которого - обеспечение условий, способствующих полноценному психическому и личностному развитию каждого ребенка, нарушение которых мешает своевременной реализации возрастных и индивидуальных возможностей учащихся и влечет необходимость психолого-педагогической коррекции.

**ТИПОВОЕ ПОЛОЖЕНИЕ
О ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Типовое положение определяет организационную и содержательную основу деятельности психологической службы образовательной организации высшего образования. Настоящее положение содержит обязательный минимум квалифицированной психологической помощи обучающимся и работникам образовательной организации высшего образования, который может быть дополнен и расширен в соответствии с имеющимися административными, кадровыми, материальными ресурсами образовательной организации и предшествующим опытом работы психологической службы образовательной организации высшего образования (далее – Организация).

1.2. Под психологической службой Организации понимается структурное подразделение, созданное в Организации для психологического сопровождения образовательной деятельности, в том числе с помощью социальной адаптации и реабилитации нуждающихся в ней обучающихся, а также для оказания психологической помощи работникам образовательной организации, а также с учетом специфики Организации.

1.3. В состав психологической службы Организации входят психологи, педагоги-психологи, а также иные профильные специалисты, имеющие квалификацию для оказания психолого-медико-социальной помощи, в том числе экстренной, при необходимости.

1.4. Психологическая служба Организации в своей деятельности руководствуется нормами Конституции Российской Федерации, «Семейного кодекса Российской Федерации» от 29.12.1995 N 223-ФЗ, Федерального закона «Об образовании в Российской Федерации» от 29.12.2012 № 273-ФЗ с исправлениями и дополнениями, Федерального закона «О молодежной политике в Российской Федерации», от 30.12.2020 N 489-ФЗ Федерального закона «О благотворительной деятельности и добровольчестве (волонтерстве)» от 11.08.1995 N 135-ФЗ, Федерального закона «Об основах системы профилактики правонарушений в Российской Федерации» от 23.06.2016 N 182-ФЗ, Федерального закона «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации» от 21.11.2011 N 323-ФЗ, Федерального закона «О государственной социальной помощи» от 17.07.1999 № 178-ФЗ, Концепции развития сети психологических служб в образовательных организациях высшего образования в российской Федерации, иных нормативных правовых актах Российской Федерации в сфере образования и молодежной политики, затрагивающих вопросы организации деятельности психологических служб в образовательных организациях высшего образования, Уставом Организации, а также настоящим положением.

1.5. Общее руководство психологической службой, ответственность за ее организацию и деятельность возлагается на лицо, назначенное распоряжением руководителя Организации. Методическое сопровождение деятельности психологической службы как составляющей федеральной сети психологических служб в образовательных организациях высшего образования осуществляется Федеральным ресурсным центром психологической службы в системе высшего образования Российской академии образования.

2. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

2.1. Психологическая служба создана в целях организации доступной квалифицированной психологической помощи и сопровождения в трудных жизненных ситуациях обучающихся и работников Организации на основе интеграции последних достижений наук об образовании и лучших практик консультирования, коррекции, профилактики и просвещения.

Деятельность психологической службы призвана способствовать укреплению психического здоровья, формированию психологического благополучия и позитивной социализации обучающихся и работников Организации.

2.2. К основным задачам психологической службы Организации относятся:

- обеспечение принципов оказания психологической помощи, обозначенных в Концепции развития сети психологических служб в образовательных организациях высшего образования;

- обеспечение доступности квалифицированной психологической помощи всем категориям обучающихся, в том числе с особыми образовательными потребностями, и работникам Организации;

- обеспечение высокого качества и полноты спектра психолого-медико-социальной помощи для всех категорий обучающихся, в том числе испытывающих трудности в образовательной деятельности, развитии и социальной адаптации, и работникам Организации;

- организация мероприятий по оценке риска, профилактике и коррекции агрессивного и аутоагрессивного поведения обучающихся, формированию жизнестойкости и конструктивных навыков межличностного взаимодействия;

- профилактика и квалифицированная помощь в преодолении эмоционального выгорания, личностных и профессиональных деформаций педагогических работников Организации;

- укрепление личностной и духовно-нравственной сферы обучающихся, внутренней позиции личности, в том числе развитие межкультурной толерантности и традиционных семейных ценностей, профилактика ксенофобии и экстремизма;

- создание условий для самостоятельного осознанного выбора профессиональной области в рамках выбранной профессии и построения личных профессиональных планов;

- участие в мониторингах актуального состояния психологических служб и научных исследованиях в интересах развития психологического сопровождения высшего образования, проводимых Министерством науки и высшего образования Российской Федерации и Российской академией образования;

- проведение психологической экспертизы образовательных программ, технологий, учебников, пособий, методических материалов, содержания мероприятий, предполагающих участие обучающихся, в том числе в цифровом формате.

3. ОСНОВНЫЕ НАПРАВЛЕНИЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

3.1. Психологическая диагностика:

- участие в выполнении исследований, в том числе мониторингах, психологического благополучия обучающихся и работников Организации;

- психологический анализ социальной ситуации в Организации, выявление острых проблемных моментов во взаимодействии всех участников образовательных отношений, определение признаков агрессивного и аутоагрессивного поведения, определение путей и средств их разрешения;

- помощь обучающимся при определении приоритетной профессиональной области в рамках выбранной профессии и построении личных профессиональных планов.

3.2. Консультативная деятельность:

- групповое психологическое консультирование обучающихся и работников Организации по актуальным вопросам обучения, развития и взаимодействия;

- индивидуальное консультирование обучающихся и педагогических работников Организации по актуальным вопросам обучения, развития и взаимодействия.

3.3. Психологическая профилактика и коррекция:

- содействие адаптации обучающихся, прежде всего, младших курсов к условиям обучения в Организации, консультирование профессорско-преподавательского состава, научно-педагогических работников, кураторов по оказанию помощи обучающимся в адаптационный период;

- организация мероприятий по профилактике и коррекции агрессивного и аутоагрессивного поведения обучающихся;

- оказание психологической поддержки обучающимся и работникам Организации, находящимся в состоянии стресса, конфликта, сильного эмоционального переживания, сложной жизненной ситуации.

3.4. Психологическое просвещение:

- повышение психологической компетентности работников и обучающихся Организации;

- ознакомление работников Организации с основными возрастными закономерностями психического развития обучающихся;

- популяризация психологических знаний в Организации с целью снижения у обучающихся и работников психологических барьеров, препятствующих обращению за профессиональной психологической помощью.

3.5. Организационно-методическая деятельность:

- подготовка рекомендаций по созданию в Организации условий, способствующих укреплению психического здоровья, формированию психологического благополучия и позитивной социализации обучающихся и работников;

- подготовка аналитических материалов по результатам исследований, в том числе мониторингов, психологического благополучия обучающихся и работников Организации;

- подготовка предложений по снижению рисков агрессивного и аутоагрессивного поведения обучающихся и работников Организации;

- подготовка методических материалов по адаптации просветительских, развивающих и психокоррекционных программ с учетом индивидуальных особенностей обучающихся;

- участие в процедурах оценки эффективности методов психодиагностики, профилактики и коррекции на протяжении всего периода обучения.

4. ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ СЛУЖБЫ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ОРГАНИЗАЦИИ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

4.1. Методическое обеспечение деятельности психологической службы как составляющей федеральной сети психологических служб в образовательных организациях высшего образования осуществляется Федеральным ресурсным центром психологической службы в системе высшего образования Российской академии образования. Межведомственной рабочей группой по развитию сети психологических служб в образовательных организациях высшего образования Министерства науки и высшего образования Российской Федерации утверждаются все методические разработки Федерального ресурсного центра психологической службы в системе высшего образования Российской академии образования.

4.2. Деятельность психологической службы Организации строится на основе эффективного взаимодействия профессионального сообщества специалистов-психологов, ученых, выполняющих исследования в сфере наук об образовании, и иных специалистов в соответствии с регламентами межведомственного и межпрофессионального взаимодействия для решения профессиональных задач при оказании психолого-медико-социальной помощи обучающимся и работникам образовательных организаций высшего образования в условиях смежных полномочий.

4.3. Психологическая служба работает в тесном контакте с руководством и работниками Организации, ее структурными подразделениями, кураторами академических групп.

4.4. Психологическая служба в интересах обучающегося устанавливает взаимоотношения с общественными организациями, органами опеки, учреждениями здравоохранения и другими субъектами психолого-медико-социального сопровождения и социального партнерства, оказывающими Организации помощь в позитивной социализации обучающихся.

4.5. Внутренняя структура и штатная численность психологической службы утверждается руководителем Организации в соответствии с рекомендациями Федерального ресурсного центра психологической службы в системе высшего образования Российской академии образования, исходя из объемов работы и специфики деятельности образовательной организации. Обязанности специалистов психологической службы распределяются руководителем психологической службы Организации в соответствии с должностными инструкциями.

4.6. Финансирование деятельности психологической службы, в том числе регулярное участие руководителя и специалистов психологической службы в программах дополнительного образования, переподготовки и повышения квалификации, осуществляется за счет бюджетных и внебюджетных средств Организации.

Опросник выгорания Маслач¹

Опросник выгорания (перегорания) Маслач (англ. Maslach Burnout Inventory, сокр. МВІ) - тестовая методика, предназначенная для диагностики профессионального выгорания. Создана в 1986 году Maslach и Jackson, в России адаптирована Водопьяновой, дополнена математической моделью НИПНИ им. Бехтерева.

Данный опросник предназначен для определения степени выраженности и распространенности синдрома выгорания (перегорания) среди профессионального контингента, в том числе медицинских работников. Методика может быть использована в практическом здравоохранении, образовании, бизнесе и управлении для своевременной и всесторонней диагностики синдрома перегорания с последующим определением мишеней и уровней профилактического воздействия, как в направлении оптимизации терапевтической среды, так и в отношении профилактики накопления эмоционального напряжения. Полученные данные могут быть рекомендованы при подготовке руководящих кадров с информированием и тренингом построения программ профилактической санации производственной обстановки в коллективе.

Инструкция

Вам предлагается 22 утверждения о чувствах и переживаниях, связанных с работой. Пожалуйста, прочитайте внимательно каждое утверждение и решите, чувствуете ли вы себя таким образом на вашей работе. Если у вас никогда не было такого чувства, в листе для ответов отметьте позицию 0 – "никогда". Если у вас было такое чувство, укажите, как часто вы его ощущали, позиция 6 – "ежедневно". Для этого зачеркните или обведите кружком балл, соответствующий частоте переживаний того или иного чувства.

Утверждение	Никогда	Очень редко	Редко	Иногда	Часто	Очень часто	Каждый день
1. Я чувствую себя эмоционально опустошенным.							
2. После работы я чувствую себя как «выжатый лимон».							
3. Утром я чувствую усталость и нежелание идти на работу.							
4. Я хорошо понимаю, что чувствуют мои подчиненные и коллеги, и стараюсь учитывать это в интересах дела.							
5. Я чувствую, что							

¹ Водопьянова Н.Е. Старченкова Е.С. Синдром выгорания: диагностика и профилактика. - СПб.: Питер, 2008. - 358 с.

общаюсь с некоторыми подчиненными и коллегами как с предметами (без теплоты и расположения к ним).							
6. После работы на некоторое время хочется уединиться от всех и всего.							
7. Я умею находить правильное решение в конфликтных ситуациях, возникающих при общении с коллегами.							
8. Я чувствую угнетенность и апатию.							
9. Я уверен, что моя работа нужна людям.							
10. В последнее время я стал более «черствым» по отношению к тем, с кем работаю.							
11. Я замечаю, что моя работа ожесточает меня.							
12. У меня много планов на будущее, и я верю в их осуществление.							
13. Моя работа все больше меня разочаровывает.							
14. Мне кажется, что я слишком много работаю.							
15. Бывает, что мне действительно безразлично то, что происходит с некоторыми моими подчиненными и коллегами.							
16. Мне хочется уединиться и отдохнуть от всего и всех.							

17. Я легко могу создать атмосферу доброжелательности и сотрудничества в коллективе.							
18. Во время работы я чувствую приятное оживление.							
19. Благодаря своей работе я уже сделал в жизни много действительно ценного.							
20. Я чувствую равнодушие и потерю интереса ко многому, что радовало меня в моей работе.							
21. На работе я спокойно справляюсь с эмоциональными проблемами.							
22. В последнее время мне кажется, что коллеги и подчиненные все чаще перекладывают на меня груз своих проблем и обязанностей.							

Подсчёт значений шкал

Ответы испытуемого оцениваются следующим образом:

- 0 баллов - «Никогда»;
- 1 балл - «Очень редко»;
- 2 балла - «Редко»
- 3 балла - «Иногда»;
- 4 балла - «Часто»;
- 5 баллов - «Очень часто»;
- 6 баллов - «Каждый день».

Шкала	Пункты в прямых значениях	Пункты обратных значениях	Максимальная сумма баллов
Эмоциональное истощение	1, 2, 3, 8, 13, 14, 16, 20	6	54
Деперсонализация	5, 10, 11, 15, 22		30
Редукция профессионализма	4, 7, 9, 12, 17, 18, 19, 21		48

Оценка уровней выгорания

Субшкала	Низкий уровень L	Средний уровень M	Высокий уровень H
Эмоциональное истощение (среднее - 19,73)	0-15	16-24	25 и больше
Деперсонализация (среднее - 7,78)	0-5	6-10	11 и больше
Редукция профессионализма (среднее - 32,93)	37 и больше	31-36	30 и меньше

Подсчёт интегрального индекса выгорания

В 2007 году в НИПНИ им. Бехтерева был предложен способ определения системного индекса синдрома перегорания на основании математической модели определения расстояния между точками в многомерном пространстве. Данный метод позволяет получить единый количественный показатель на основе параметров синдрома перегорания, полученный при помощи теста МВІ. Получение системного показателя позволяет дать более точную оценку распространенности синдрома перегорания.

При этом нулевой точкой, «началом координат» считается точка, соответствующая отсутствию нарушений по всем трём шкалам - 0 баллов. Для того, чтобы данная математическая модель была валидной, необходимо отсутствие значимых корреляций между шкалами, что было подтверждено исследованиями в лаборатории клинической психологии в НИПНИ им. Бехтерева. Кроме того, считается, что каждая шкала вносит равный вклад в формирование понятия «профессиональное выгорание», но каждая шкала имеет разное количество пунктов, вследствие чего значение по шкале приводится к нормативу делением на максимальное количество баллов.

Вычисление производится по следующей формуле:

$$\rho = \sqrt{\frac{(EE_x/54)^2 + (DP_x/30)^2 + (1 - PA_x/48)^2}{3}}, \text{ где:}$$

- EE_x - значение респондента по шкале «Эмоциональное истощение».
- 54 - максимальное значение по шкале «Эмоциональное истощение».
- DP_x - значение респондента по шкале «Деперсонализация».
- 30 - максимальное значение по шкале «Деперсонализация».
- PA_x - значение респондента по шкале «Редукция профессиональных достижений».
- 48 - максимальное значение по шкале «Редукция профессиональных достижений».

Итоговое значение может быть от 0 (нет выгорания) до 1 (максимально выраженное выгорание).