

Е. Г. Лопес, Э. Э. Сыманюк

**КРИЗИСОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ
КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ**

**Екатеринбург
РГПУ
2011**

Министерство образования и науки Российской Федерации
ФГАОУ ВПО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет»
Учреждение Российской академии образования «Уральское отделение»

Е. Г. Лопес, Э. Э. Сыманюк

КРИЗИСОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ КРИЗИСНЫХ СОСТОЯНИЙ

Учебное пособие

Допущено Учебно-методическим объединением по профессионально-педагогическому образованию в качестве учебного пособия для слушателей институтов и факультетов повышения квалификации, преподавателей, аспирантов и других профессионально-педагогических работников

Екатеринбург
РГППУ
2011

УДК 159.9(075.8)
ББК Ю941.19я73-1
Л 77

Авторы: Е. Г. Лопес (гл. 3–5, прил. 1–3); Э. Э. Сыманюк (гл. 1, 2)

Лопес Е. Г.

Л 77 Кризисология и психология кризисных состояний: учебное пособие / Е. Г. Лопес, Э. Э. Сыманюк; науч. ред. Э. Ф. Зеер. Екатеринбург: Изд-во Рос. гос. проф.-пед. ун-та, 2011. 182 с.
ISBN 978-5-8050-0449-1

Изложены теоретические и феноменологические аспекты состояний человека, переживающего критические, тяжелые кризисные ситуации, представлены технологии работы с кризисными состояниями человека. Рассмотрены подходы оказания психологической помощи в кризисных ситуациях человека.

Предназначено для студентов специальности 030301.65 Психология, направления подготовки 030300.62 Бакалавр психологии, аспирантов, практикующих психологов-консультантов.

УДК 159.9(075.8)
ББК Ю941.19я73-1

Рецензенты: д-р психол. наук, проф. С. А. Минюрова (ГОУ ВПО «Урал. гос. пед. ун-т»); канд. пед. наук, доц. Д. П. Заводчиков (ФГАОУ ВПО «Рос. гос. проф.-пед. ун-т»)

ISBN 978-5-8050-0449-1

© ФГАОУ ВПО «Российский
государственный профессионально-
педагогический университет, 2011
© Лопес Е. Г., Сыманюк Э. Э., 2011

Оглавление

Введение	5
Глава 1. Феноменология кризисов развития личности	7
1.1. Психологическая характеристика кризисов развития	7
1.2. Основные подходы к исследованию кризисов в отечественной и зарубежной психологии	12
1.3. Типология кризисов развития личности	17
Вопросы и задания для самоконтроля	23
Глава 2. Кризисы профессионального становления личности	24
2.1. Факторы, детерминирующие кризисы профессионального развития	27
2.2. Психологические особенности кризисов профессионального становления	30
Вопросы и задания для самоконтроля	40
Глава 3. Кризисные состояния	41
3.1. Психологические особенности переживания кризисных противоречий	41
3.2. Критерии кризисного состояния	45
3.3. Чувства в кризисной ситуации	50
3.4. Типичные и патологические симптомы переживания горя	54
Вопросы и задания для самоконтроля	56
Глава 4. Кризисные состояния в опасных ситуациях	57
4.1. Классификация экстремальных ситуаций и связанных с ними психогенных расстройств	58
4.2. Психогенные расстройства в экстремальных ситуациях	62
4.3. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство	66
4.4. Теоретические модели травматического стресса и посттравматического стрессового расстройства	72
4.5. Суицидальное поведение как кризисная ситуация	75
4.6. Факторы суицидального риска	84
Вопросы и задания для самоконтроля	94
Глава 5. Психотехнологии работы с кризисными состояниями	95
Вопросы и задания для самоконтроля	109

Заключение.....	110
Библиографический список.....	111
Приложение 1. Методики, направленные на определение кризисных состояний.....	121
Приложение 2. Методика «Диагностика внутреннего конфликта» Е. Б. Фанталовой.....	153
Приложение 3. Методика «Выход из трудных жизненных ситуаций».....	179