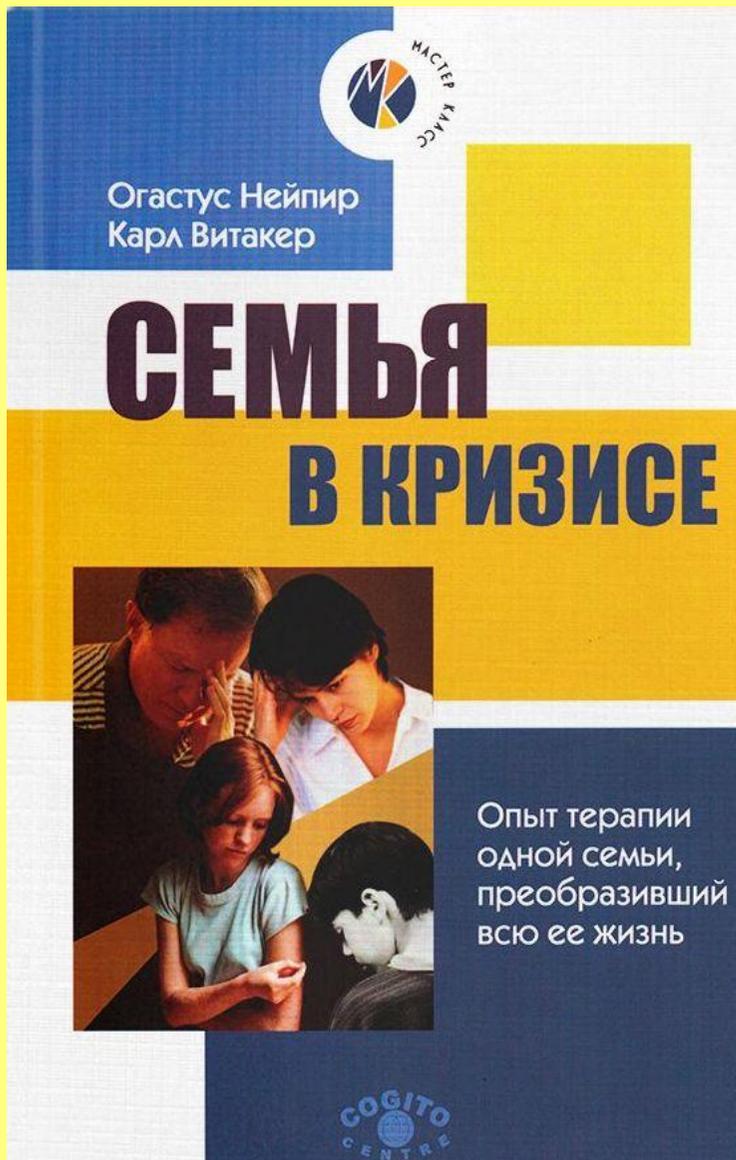


КРИЗИСЫ ЖИЗНИ — ШАНСЫ ЖИЗНИ

В наше время уже, наверное, всем известно, что в китайском языке слово «кризис» выражается двумя иероглифами. «Вэй» — «опасное время». Второй «Цзи» — «время возможностей, шанс».

Жизненные кризисы человека многообразны: материальные, социальные, духовные.. Кризис бывает и возрастной, и связанный с потерей близких, и возникший на фоне крушения базовых иллюзий, и как результат жестокого обращения с человеком, и в результате террора. Может он возникать и на фоне тревоги: смерти и судьбы, вины и осуждения, тревоги пустоты и утраты смысла жизни.

В представленных книгах вы найдете описание психологических механизмов различных кризисных ситуаций, стратегии преодоления сопутствующих им психических травм. За кризисом всегда идет переход на новый уровень, самое главное в любом кризисе — это помнить, что то «плохо», которое мы в данный момент испытываем — это временно и проходяще. Наша жизнь — это переход от одной проблемы к другой. И каждый кризис делает нас еще сильнее.



53.57
Н 46

Нейпир, Огастус.

Семья в кризисе. Опыт терапии одной семьи, преобразивший всю ее жизнь: научное издание / О. Нейпир, К. Витакер. - Москва: Когито-Центр, 2005. - 344 с.

Если у кого-то возникают психологические проблемы, то прежде всего необходимо взглянуть опытным профессиональным взглядом на его семью - возможно, именно там можно найти как источники проблем, так и средства их преодоления.

Данная книга уникальна тем, что в ней на примере работы с одной семьей излагаются основы семейной терапии и одновременно анализируются психологические механизмы внутрисемейного взаимодействия.

Книга написана Карлом Витакером - одним из создателей семейной терапии - в сотрудничестве с его учеником, Огастусом Нейпиром, филологом по первому образованию. Возможно, именно поэтому книга вот уже на протяжении 25 лет не только является профессиональным бестселлером, но и представляет собой хорошее и умное чтение, захватывающее, как роман.

Книга будет полезна не только специалистам в области психотерапии и психологического консультирования, но и потенциальным клиентам семейных терапевтов, а также всем интересующимся психологическими проблемами семьи.

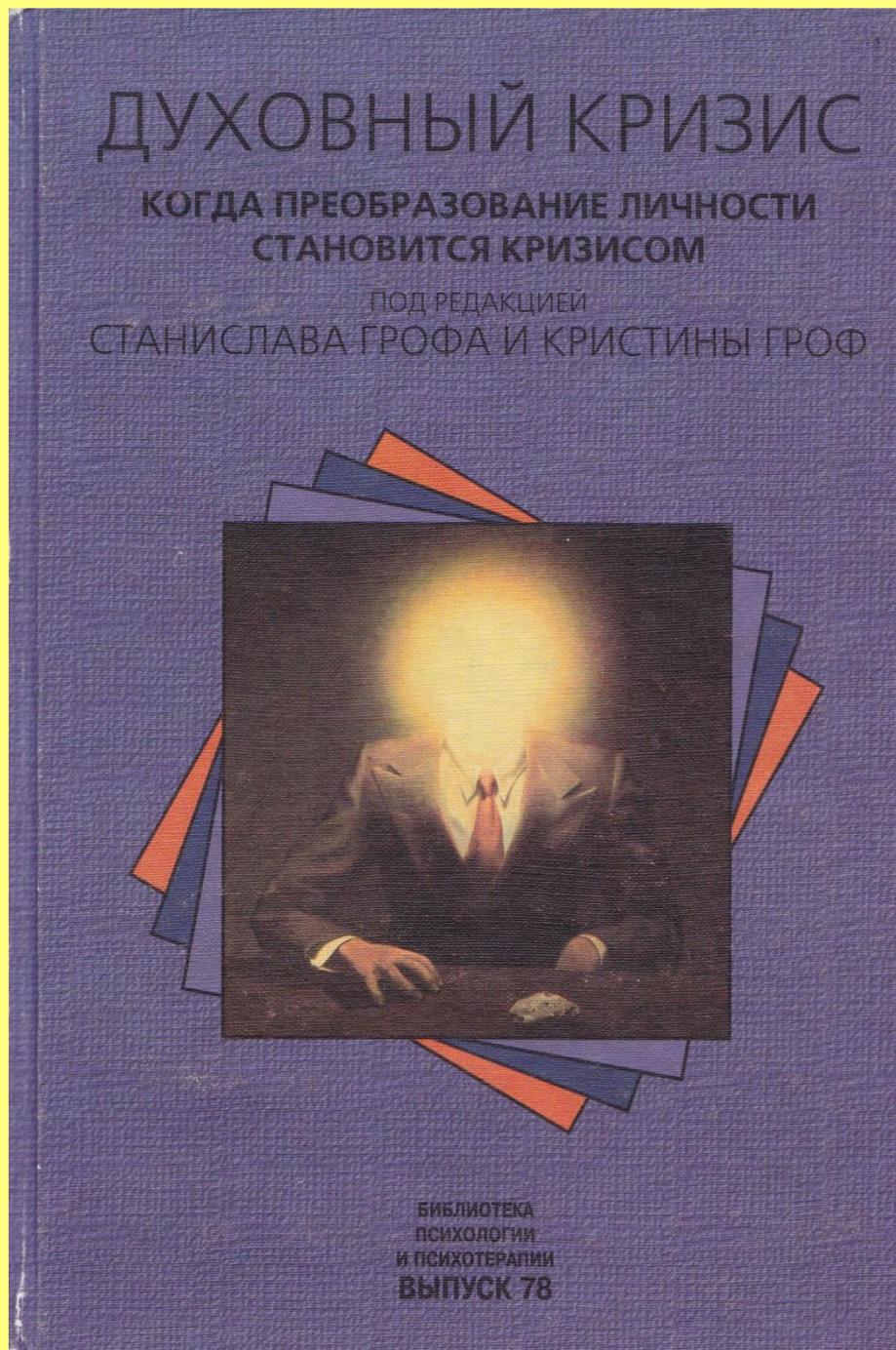
88.37
Г 12

Гаврилина, Людмила Константиновна.

Кризисы взрослой жизни: моменты роста / Л. К. Гаврилина,
В. М. Бызова. - Санкт-Петербург: Речь, 2010. - 221 с. - ISBN 978-5-
9268-0956-2

Личность взрослого рассматривается в книге в проекции возрастных периодизаций и учений о кризисах. Также представлена авторская программа косвенной коррекции личности взрослого средствами художественной коммуникации.





88.37

Д 85

Духовный кризис: когда преобразование личности становится

кризисом : научное издание / ред.: С. Гроф [и др.] ; пер. с англ.

А. С. Ригин. - Москва: Класс : Изд-во Трансперсонального ин-та, 2000.

- 288 с. - (Библиотека психологии и психотерапии). – ISBN 5-86375-

126-6. - ISBN 5-88389-039-3

Сегодня все большее число людей, вовлеченных в процесс личностной трансформации, испытывает эпизоды духовного кризиса, когда процесс духовного роста и перемен становится хаотическим и захлестывающим.

В этой антологии выдающиеся психологи, психиатры и духовные учителя задаются вопросом о природе духовного кризиса, о связи между духовностью, безумием и целостностью. В каких формах проявляется духовный кризис? Какие надежды и разочарования внутренне присущи духовной практике? Чем друзья, семья и профессионалы могут помочь людям, находящимся в духовном кризисе?

88.492

Е 60

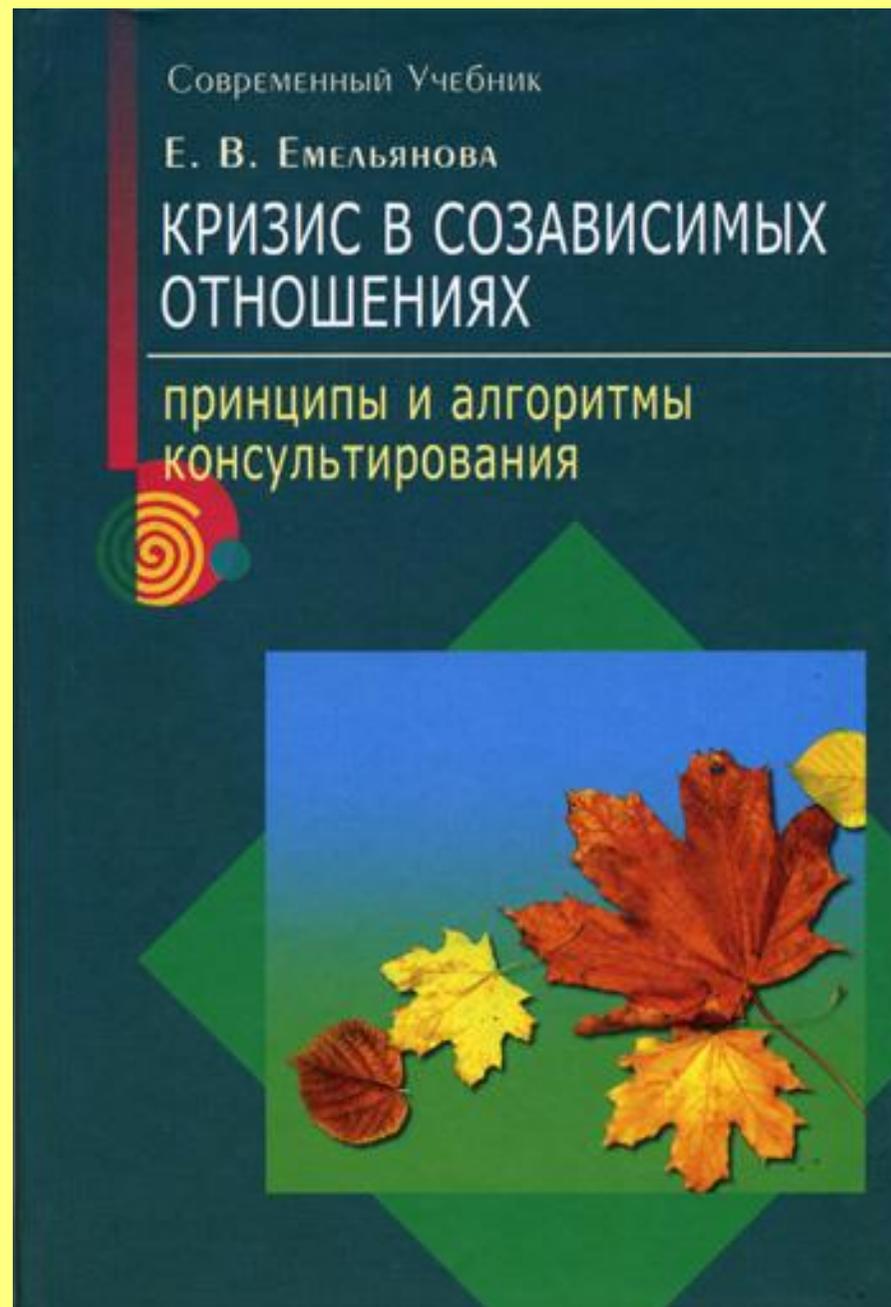
Емельянова, Елена Владимировна.

Кризис в созависимых отношениях: Принципы и алгоритмы консультирования / Е. В. Емельянова. - Санкт-Петербург: Речь, 2004.

- 368 с.

В книге подробно описаны основы консультативной работы с клиентами, вовлеченными в созависимые отношения, — модели и алгоритмы работы, анализ личностных особенностей клиентов, уровни и принципы консультативного сопровождения.

Книга содержит разнообразный теоретический и практический материал и будет полезна для психологов, консультантов, психотерапевтов, социальных работников, а также для всех тех, кто столкнулся с проблемой созависимости в своей жизни.





88.492

В 99

Вяхякупус, Елена.

Как сохранить радость жизни в трудное время : практическое пособие /
Е. Вяжякупус, А. Мелихов. - Санкт-Петербург: Журнал "Звезда", 2014. –
160 с. - ISBN 978-5-7439-0212-5

Эта книга — практическое пособие для ведения бесед в группах взаимопомощи людей, попавших в сложные жизненные ситуации, а также и в дискуссионных группах профессионалов, работающих с такими людьми. Книга включает двенадцать тем для проведения собраний групп взаимной поддержки. Каждая тема может обсуждаться в течение более короткого (два собрания группы) или более длительного времени (три—четыре встречи). Книга будет полезна психологам, преподавателям, социальным работникам, медицинским работникам и всем, кто ведет или хочет организовать группы взаимопомощи для поддержки или реабилитации людей в трудные периоды их жизни. Такими периодами могут быть большие перемены в жизни, хронические или тяжелые болезни людей или их близких, сильное утомление или разочарование.

Специалисты, работающие в системе социальной защиты, образования или здравоохранения, тоже часто нуждаются в восстановлении своих душевных сил и улучшении настроения. Пособие может быть использовано всеми желающими научиться...

88.37
Ф 78

Фонтана, Дэвид.

Как справиться со стрессом / Д. Фонтана. Как справиться с кризисом / Г. Перри. Как жить с Вашей болью / А. Брум, Х. Джеллико; пер. с англ. - Москва: ПЕДАГОГИКА-Пресс, 1995. - 352 с. - ISBN 5-7155-0718-9

Авторы - ведущие английские ученые предлагают доступные пути и способы, помогающие человеку справиться со своими проблемами, комплексами и болезненными состояниями.



Александр КИЧАЕВ

КРИЗИС И СТРЕСС

пособие
по приручению



88.37
К 46

Кичаев, Александр Александрович.

Кризис и стресс : пособие по приручению / А. А. Кичаев. - Санкт-Петербург: Речь, 2009. - 256 с. - ISBN 978-5-9268-0767-0

Обратить стресс и кризис себе на пользу? Выработать защиту от стресса и гармонизировать свои отношения с окружающим миром? В борьбе со стрессом мы зачастую получаем только новые стрессы, потому что не задаем правильных вопросов и игнорируем новые возможности. Эта книга не о том, как спастись от кризиса, а о том, как выйти из него Победителем.

88.37

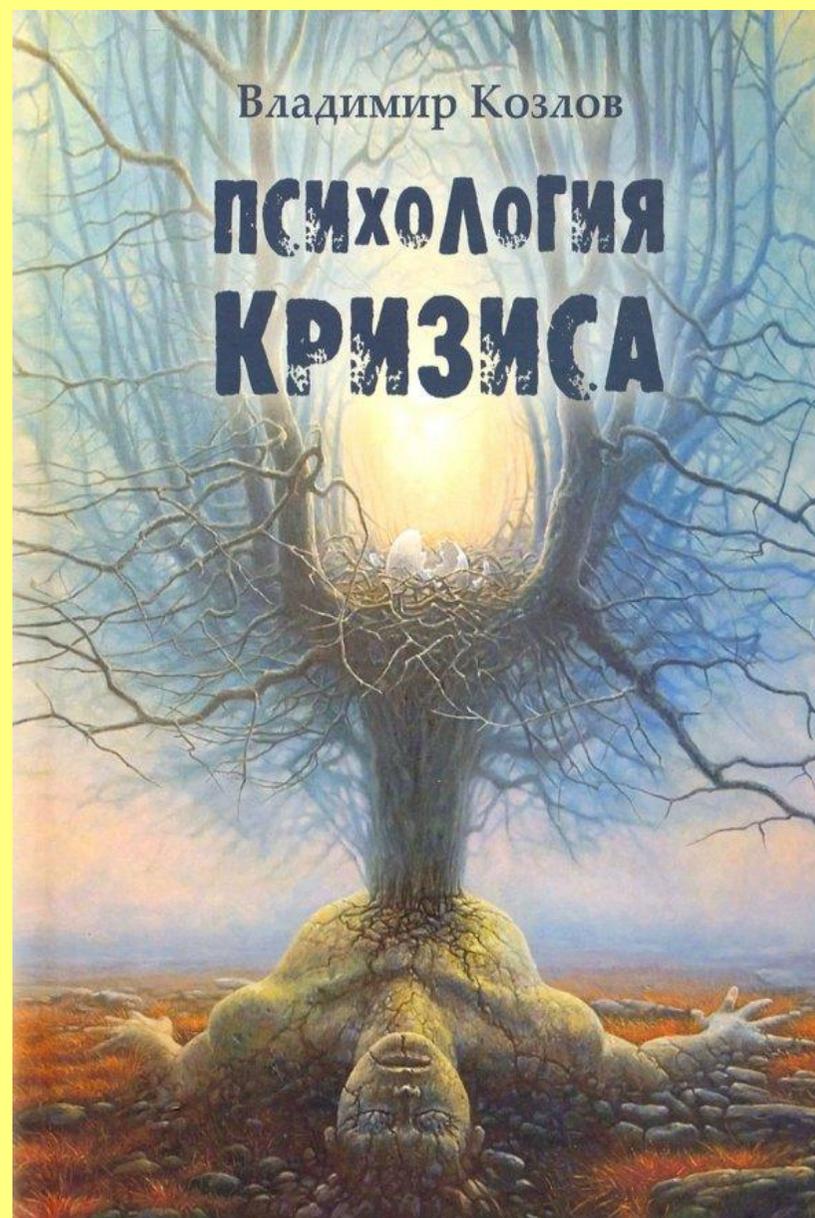
К 59

Козлов, Владимир Васильевич.

Психология кризиса: монография / В. В. Козлов. - Москва: Институт консультирования и системных решений, 2014. - 528 с. - ISBN 978-5-91160-067-9

Монография профессора В.В. Козлова представляет описание многообразия жизненных кризисов человека: материальных, социальных и духовных.

Книга адресована психологам, психотерапевтам, специалистам в области социальной работы, педагогам. Книга может быть интересна и полезна студентам и аспирантам, изучающим психологию, психотерапию, социальную работу.



Е. П. Крупник
Н. В. Кисельникова

**ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ
УСТОЙЧИВОСТЬ ЛИЧНОСТИ
В ТРУДНЫХ ЖИЗНЕННЫХ
СИТУАЦИЯХ**

МОНОГРАФИЯ

МПСУ



88.37
К 84

Крупник, Ефим Пинхусович.

Психологическая устойчивость личности в трудных жизненных ситуациях : монография / Е. П. Крупник, Н. В. Кисельникова. - Москва: МПСУ, 2014. - 256 с. - ISBN 978-5-9770-0808-2

Монография посвящена рассмотрению подходов к проблеме психологической устойчивости личности в трудных жизненных ситуациях. Обсуждаются результаты теоретико-эмпирических исследований, проведенных на примере различных видов трудных жизненных ситуаций – ситуаций неопределенности, возрастного кризиса, разрешения конфликтных ситуаций в разных этносредах маргинальной личностью, преодоления трудностей в ситуациях речевого общения людьми с логоневрозом. Описываются специфические для каждого из видов ситуаций проявления психологической устойчивости и неустойчивости личности.

88.361.2

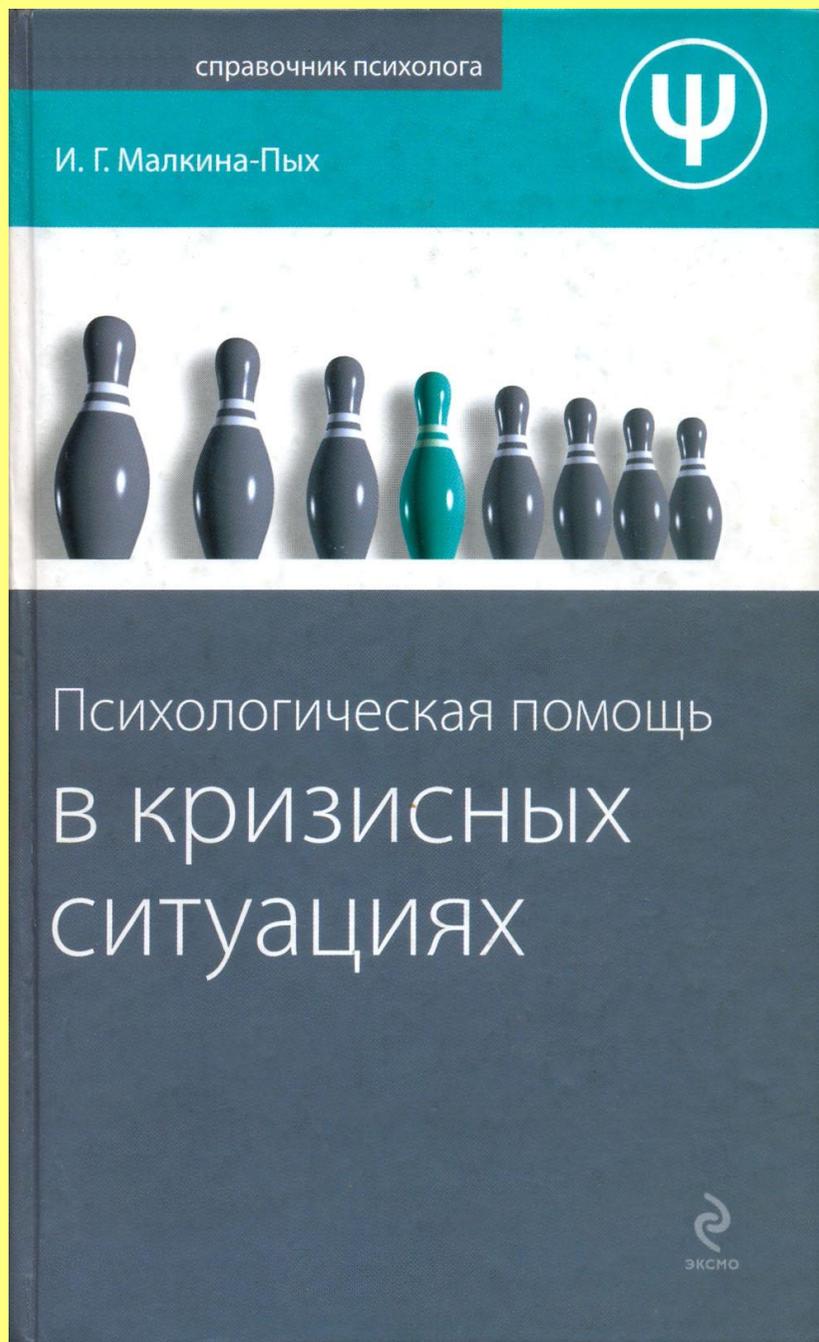
Л 25

Ларина, Ирина Александровна.

Как пережить подростковый кризис: Психологическая работа с родителями: сценарии семинаров - тренингов / И. А. Ларина. - Москва: ГЕНЕЗИС, 2004. - 176 с. - (Психолог в школе)

Большинство людей считают, что им хорошо известно, как воспитывать детей, и справляются с этой задачей, пока дети малы. Однако когда дети входят в подростковый возраст, многие родители оказываются не готовы к этому событию и испытывают большие трудности. В книге изложены сценарии трех семинаров-тренингов, цель которых - помочь родителям научиться лучше понимать своего ребенка-подростка; создать предпосылки для возникновения конструктивного диалога родителей с подростками; повысить самооценку родителей и их компетентность в решении задач воспитания подростков.





88.492
М 19

Малкина-Пых, Ирина Германовна.

Психологическая помощь в кризисных ситуациях: справочное издание / И. Г. Малкина-Пых. - Москва: Эксмо, 2010. - 928 с. - (Новейший справочник психолога). - ISBN 978-5-699-25136-0

Книга представляет собой справочник по теории и методам оказания психологической помощи людям как непосредственно во время экстремальной ситуации, так и на отдаленных ее этапах.

Проанализированы различные аспекты работы психолога в очаге экстремальной ситуации. Они включают известные на сегодняшний день техники психологического вмешательства, а также набор рекомендаций по выживанию в экстремальных ситуациях и методы оказания первой медицинской помощи пострадавшим. Описаны методы психологической работы с последствиями экстремальных ситуаций, работы с посттравматическим стрессовым расстройством.

Этот справочник в первую очередь, сборник техник, точнее – упражнений, которые психолог (психотерапевт, консультант) может использовать в своей практической работе.

88.492
М 50

Меновщиков, Виктор Юрьевич.

Психологическое консультирование: работа с кризисными и проблемными ситуациями: учебно-методическое пособие / В. Ю. Меновщиков. - 3-е изд., испр. - Москва: Смысл, 2013. - 191 с. - (Теория и практика психологической помощи). - ISBN 978-5-89357-299-5

В учебно-методическом пособии рассматриваются вопросы психологического консультирования в центрах социально-психологической (психолого-педагогической) помощи, а также других учреждениях и психологических службах.





53.57

М 63

Мир, Геннадий.

Опыт преодоления кризисов жизни: Духовное самопрограммирование: Кн. 1. / Г. Мир. - Москва: РОСАД, 1996. - 240 с.

Эта книга повествует об уникальном методе духовного преодоления тяжелых и неизлечимых заболеваний, кризисов жизни. В книге поднимаются важные для многих вопросы: в чем смысл жизни, как стать на путь совершенствования или хотя бы на путь преодоления своих заболеваний. Девиз книги: лечить неизлечимое глупо, его надо преодолеть. Сохраняя популярность формы изложения, автор объясняет многие закономерности живого мира по-своему. Пережив несколько кризисов в своей жизни, превратив свою жизнь в настоящее исследование, он обобщает свой и чужой духовный опыт в свою систему знаний о человеке, в которой основой является Дух Природы и Человека. В книге объединяются два потока информации: о духовной мировоззренческой стороне жизни и о практике целостного воздействия на организм. Автор известен среди специалистов трансперсональной психологии своими выступлениями на международных научных и практических конференциях, участием в международных семинарах. О работе автора неоднократно печатались статьи в периодических изданиях. В книге приведены успешные примеры применения метода в сложных случаях заболевания, среди которых: истощение, наркомания, онкология, шизофрения, тяжелые заболевания без диагноза.

Девиз книги: лечить неизлечимое глупо, его надо преодолеть. Сохраняя популярность формы изложения, автор объясняет многие закономерности живого мира, превратив свою жизнь в настоящее исследование, он обобщает свой и чужой духовный опыт в систему знаний о человеке, основой которой является Дух Природы и Человека.

53.57
М 63

Мир, Геннадий.

Опыт преодоления кризисов жизни: Духовное самопрограммирование:
Кн. 2. / Г. Мир. - Москва : РОСАД, 1996. - 224 с.

Вторая часть книги продолжает повествование об уникальном методе духовного преодоления тяжелых и неизлечимых заболеваний, кризисов жизни. В книге поднимаются важные для многих вопросы: в чем смысл жизни, как встать на путь совершенствования или хотя бы на путь преодоления своих заболеваний. Девиз книги: лечить неизлечимое глупо, его надо преодолеть. Сохраняя популярность формы изложения, автор объясняет многие взаимодействия живого мира по-своему. Пережив несколько кризисов в собственной жизни, превратив ее в настоящее исследование, он обобщает свой и чужой духовный опыт в оригинальную систему знаний о человеке, в которой основой является Дух Природы и Человека. В книге объединяются два потока информации: о духовной мировоззренческой стороне жизни и о практике целостного воздействия на организм... В книге рассказывается о применении метода в сложных случаях заболеваний, среди которых: истощение, наркомания, онкологические болезни, шизофрения, тяжелые заболевания без диагноза.





88.37

П 26

Пергаменщик, Леонид Абрамович.

Кризисная психология: учебное пособие / Л. А. Пергаменщик. - Минск: Высшая школа, 2004. - 240 с.

В учебном пособии рассматриваются предмет и задачи кризисной психологии, анализируются философские и психологические основания выделения кризисной психологии в самостоятельную отрасль знаний.

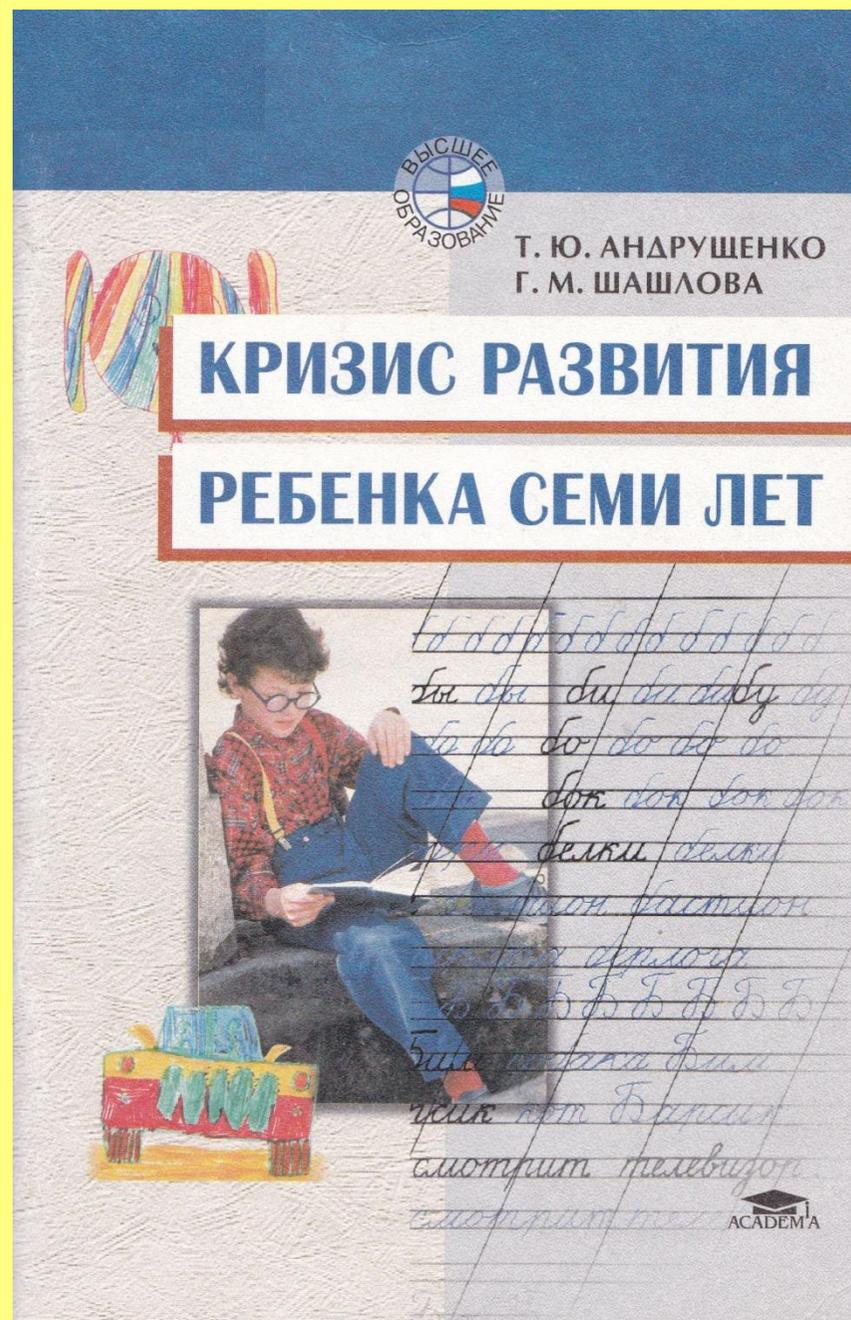
Предлагается теория посттравматического стрессового расстройства, дан психологический анализ детского горя, приведены методики и стратегии психологической помощи в кризисных ситуациях.

88.8
А 66

Андрущенко, Татьяна Юрьевна.

Кризис развития ребёнка семи лет. Психодиагностическая и
коррекционно-развивающая работа психолога: учебное пособие /
Т. Ю. Андрущенко. - Москва: Академия, 2003. - 96 с. - ISBN 5-7695-
1341-1

Учебное пособие посвящено проблеме развития детей в период
перехода от дошкольного к младшему школьному возрасту.
Представлены основные подходы отечественных исследователей к
рассмотрению психологического содержания кризиса 7 лет.
Предлагаются диагностические методики, позволяющие определить
доминирующее содержание детско-родительского общения, а также
программа групповой развивающей работы педагога-психолога с
детьми 6-7 лет.





88.492

П 26

Пергаменщик, Леонид Абрамович.

Психологическая помощь в кризисных ситуациях: практикум: учебно-методическое пособие: рекомендовано УМО / Л. А. Пергаменщик, Н. Л. Пузыревич. - 2-е изд., перераб. и доп. - Минск: Изд-во Гревцова, 2013. - 384 с. - ISBN 978-985-6954-75-0

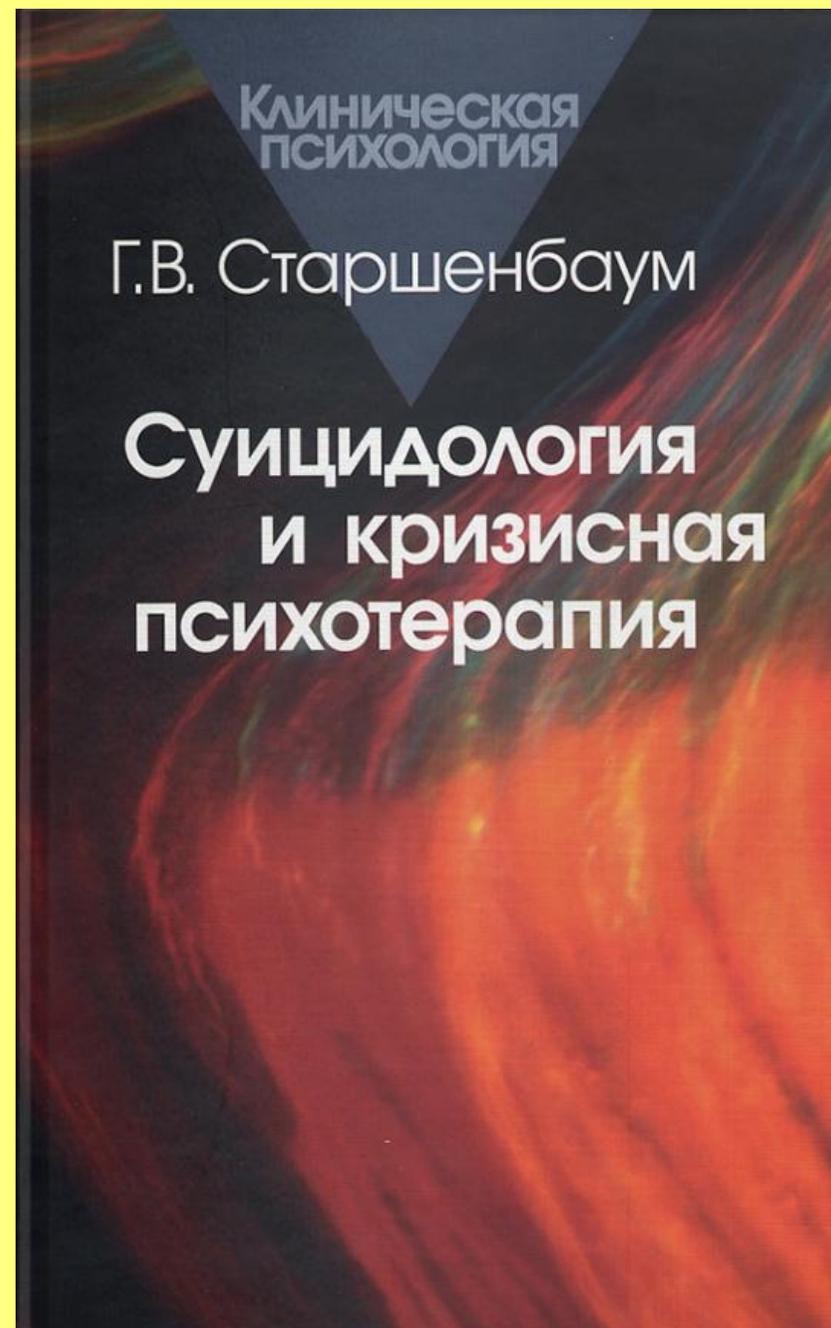
Представленный в книге материал позволит психологу провести анализ собственных состояний в ситуации стресса и потери, внедрить в практику методы кризисного вмешательства при определении негативных последствий посттравматического стресса, потери, насилия, суицидального поведения, терроризма. Пособие содержит основной психологический инструментарий, необходимый для проведения диагностических мероприятий в кризисных ситуациях.

53.57
С 77

Старшенбаум, Геннадий Владимирович.

Суицидология и кризисная психотерапия: научное издание / Г. В. Старшенбаум. - Москва: Когито-Центр, 2005. - 376 с. - (Клиническая психология). - Библиогр.: с. 355-375. - ISBN 5-89353-132-9

Самоубийство - одна из наиболее сложных проблем, стоящих перед теми, кто профессионально занимается помощью другим людям. Редко бывает, чтобы врач или психолог, работник службы спасения или педагог не столкнулись в своей работе с необходимостью остановить суицидента. К сожалению, очень трудно избежать трагических ошибок без достаточной подготовки... Эта книга написана врачом-психотерапевтом высшей категории, который много лет проработал в Кризисном стационаре Суицидологического центра, руководил отделом суицидологии Московского НИИ психиатрии. Последние годы преподает в Высшей школе психологии при Институте психологии РАН и в Институте психоанализа при МГУ. Свой богатый опыт автор обобщил в кандидатской диссертации по кризисной психотерапии и нескольких учебно-практических руководствах по психиатрии и психотерапии.





88.3
Ш 23

Шапарь, Виктор Борисович.

Психология кризисных ситуаций: научно-популярная литература / В. Б. Шапарь. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2008. - 452 с. - (Психологический факультет). - ISBN 978-5-222-13285-2

Не стоит думать, что кризис всегда и непременно связан с экстремальной ситуацией. Кризис бывает и возрастной, и связанный с потерей близких, и возникший на фоне крушения базовых иллюзий, и как результат жесткого обращения с человеком, и в результате террора. Может он возникать и на фоне тревоги: смерти и судьбы, вины и осуждения, тревоги пустоты и утраты смысла жизни.

Данная книга разъясняет психологический механизм различных кризисных ситуаций и предлагает стратегию преодоления сопутствующих им психических травм.

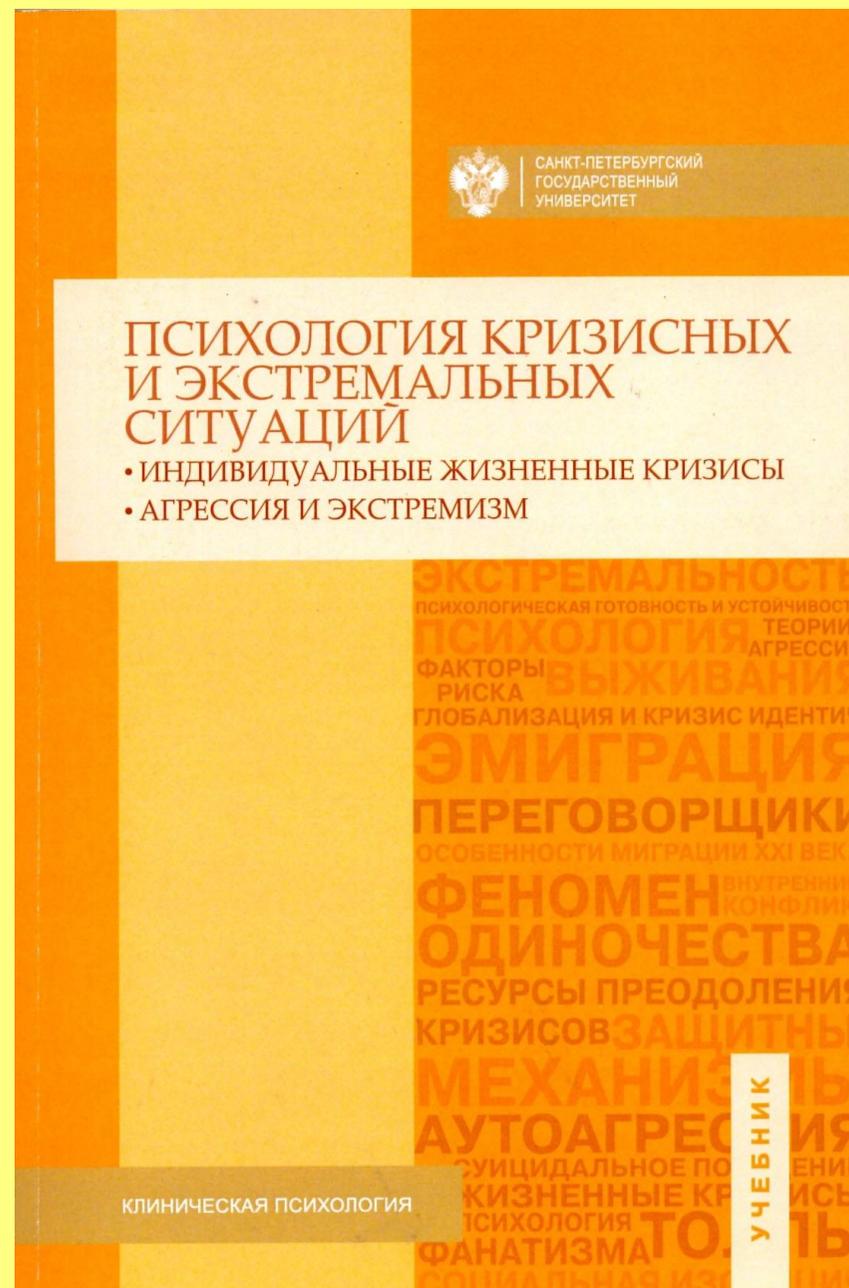
88.37

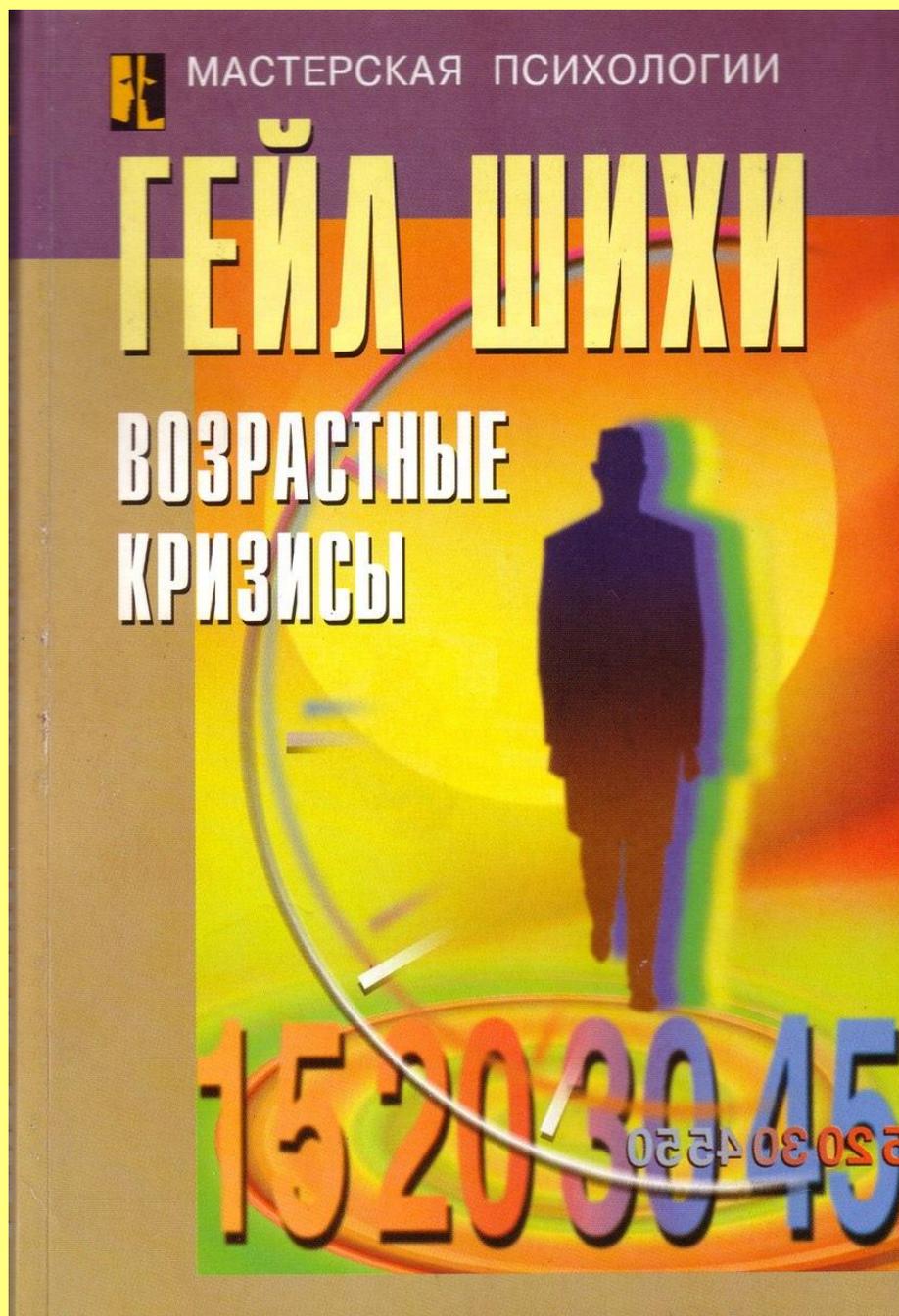
П 86

Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия, экстремизм: учебник /
Н. С. Хрусталева [и др.]; ред. Н. С. Хрусталева; Санкт-Петербургский Государственный университет. - Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУ, 2016. - 446 с. - ISBN 978-5-288-05660-4

В пособии рассмотрены особенности психодиагностики в кризисных и экстремальных ситуациях, дается ориентация на профессиональную постановку психодиагностических задач и подбор соответствующих диагностических методов, содержится разносторонняя информация, необходимая для овладения различными способами оказания психологической помощи людям, пережившим экстремальные и кризисные ситуации.

Книга предназначена для студентов, магистрантов, аспирантов, клинических психологов, специализирующихся в области психологии экстремальных и кризисных ситуаций, будет также полезна при подготовке к кандидатским экзаменам, планировании и осуществлении исследовательских работ.





88.37

Ш 65

Шихи, Гейл.

Возрастные кризисы. Ступени личностного роста / Г. Шихи; пер. с англ. - Санкт-Петербург: Каскад, 2005. - 436 с.

Книга посвящена проблеме возрастных кризисов взрослого человека и написана в стиле психологических интервью. В ней подробно разбираются различные варианты кризисов взрослых людей, которые неизбежно подстерегают каждого человека после 35-летнего возраста, и пути выхода из них. Книга представляет большой интерес как для специалистов, так и для широкого круга читателей. Сразу после выхода в свет она стала бестселлером и разошлась в англоязычных странах тиражом более пяти миллионов экземпляров.

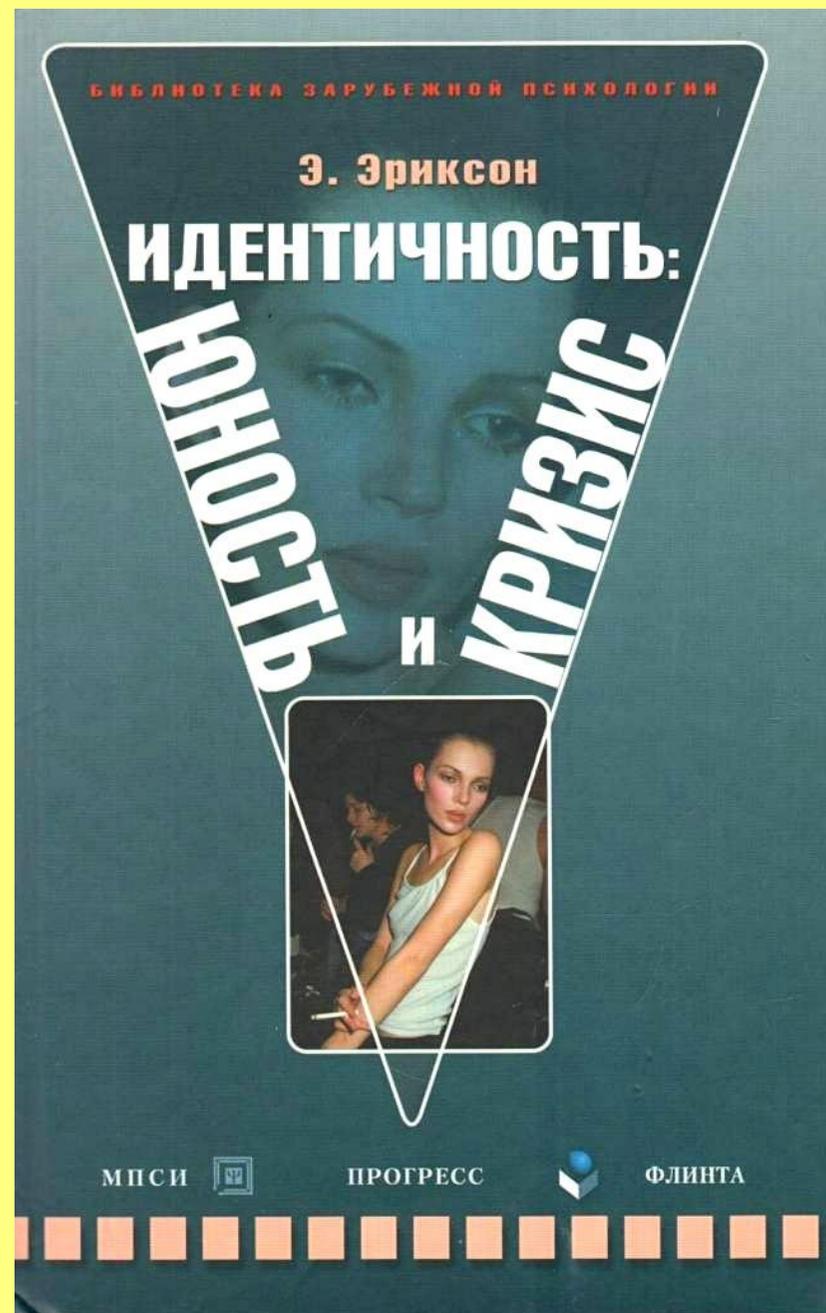
88.37

Э 77

Эриксон, Эрик.

Идентичность: юность и кризис : учебное пособие / Э. Эриксон ; пер. с англ. - 2-е изд. - Москва: Флинта: МПСИ: Прогресс, 2006. - 352 с. - (Библиотека зарубежной психологии). - ISBN 5-89349-860-7. - ISBN 5-89502-952-3. - ISBN 5-01-004772-1

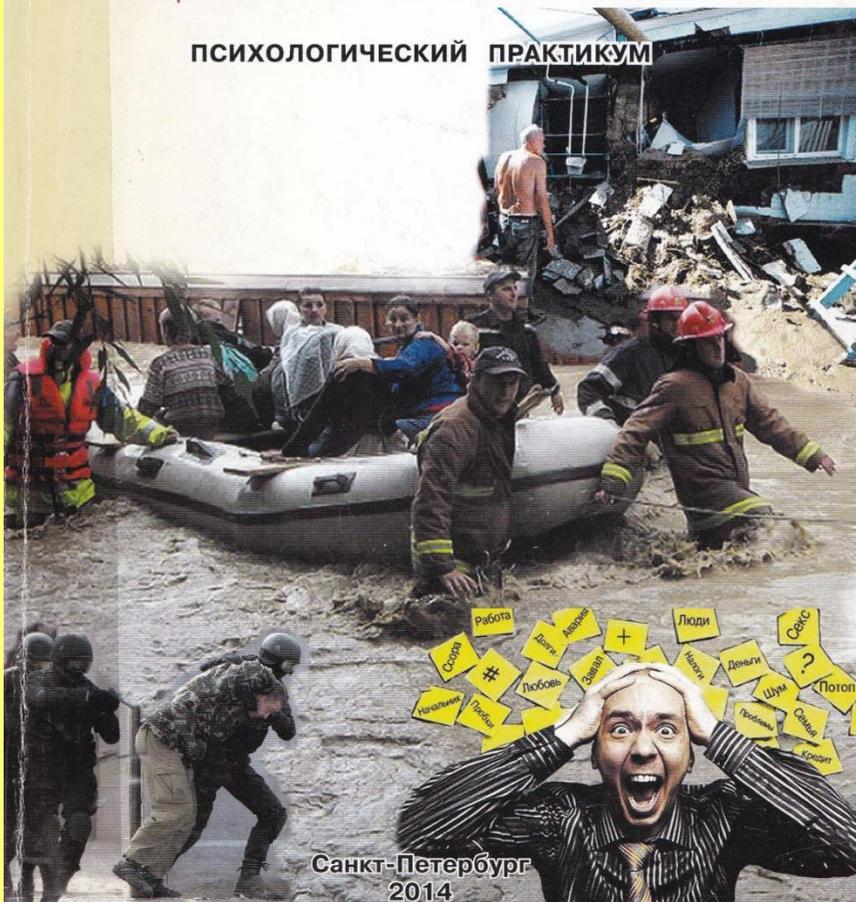
Данная книга посвящена проблемам юношеского возраста, связанным с социальным становлением личности. Анализируя основные аспекты юношеского кризиса идентичности, автор прослеживает индивидуальные жизненные циклы, последовательность поколений и структуру общества. В традициях неопрейдизма Эриксон ищет истоки судьбы отдельной личности в особенностях ее жизнедеятельности на ранних этапах жизни.



А.И. Анисимов, М.С. Матусевич,
О.В. Шатровой, Л.И. Сыромятникова

ПРОТИВОДЕЙСТВИЕ КРИЗИСНОМУ ВЛИЯНИЮ ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЙ СОЦИАЛЬНОГО ХАРАКТЕРА

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ПРАКТИКУМ



88.5
П 83

Противодействие кризисному влиянию чрезвычайных ситуаций социального характера: практикум / А. И. Анисимов [и др.]. - Санкт-Петербург: РГПУ им. А. И. Герцена, 2014. - 214 с. - ISBN 978-5-8064-1221-9

В практикуме рассматриваются теоретические вопросы, связанные с кризисным влиянием чрезвычайных ситуаций социального характера, предлагаются практические рекомендации по психологическому обеспечению профессиональной деятельности и сохранению здоровья в таких ситуациях.

53.57

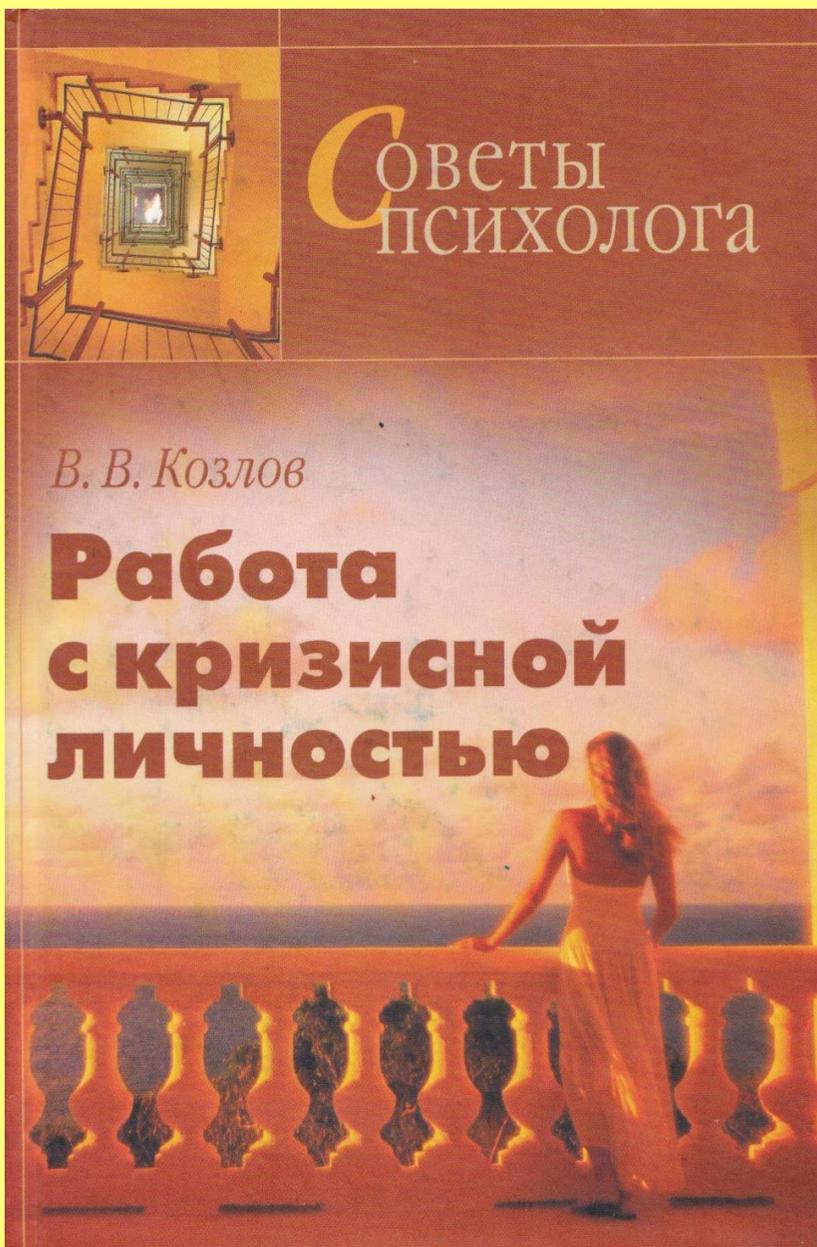
X 72

Холлис, Джеймс.

Перевал в середине пути: Как преодолеть кризис среднего возраста и найти новый смысл жизни : научное издание / Дж. Холлис ; пер. с англ.: В. И. Белопольский, В. В. Мершавка. - 3-е изд., стер. - Москва: Когито-Центр, 2016. - 208 с. - (Юнгианская психология). - ISBN 978-5-89353-350-7

Автор книги утверждает, что каждый человек проходит через некий "Перевал", олицетворяющий переход от "первой взрослости" подросткового периода к неизбежной встрече со старостью и смертью. Основная и общая задача психотерапии в этот тяжелый для человека период переоценки и переосмысления жизни - помочь сохранить ощущение того, что в его жизни является главным, и показать, что при переходе через этот "перевал" в среднем возрасте появляется уникальная возможность снова почувствовать свою значимость, более сознательно совершать свой выбор и сделать гораздо более интересной и захватывающей свою жизнь.





88.492

К 59

Козлов, Владимир Васильевич.

Работа с кризисной личностью : методическое пособие / В. В. Козлов. -
2-е изд., доп. - Москва: Психотерапия, 2007. - 336 с. - (Советы психолога).
- ISBN 978-5-903182-16-9

В методическом пособии представлен обзор теоретических и психотехнологических подходов к социальной, психосоциальной и психотехнологической работе с кризисной личностью. Описаны модели и техники, которые могут использоваться при оказании психологической помощи людям, переживающим личностный кризис.

88.492
К 84

Крукович, Елена Ивановна.

Кризисное вмешательство: учебно-методическое пособие /
Е. И. Крукович, В. Г. Ромек. - Минск: ЕГУ, 2003. - 92 с.

В пособии рассматриваются относительно новые направления психологической практики и терапии, возникшие в ответ на потребности нормализации психического состояния людей, перенесших воздействие техногенных и природных катастроф.



Б. С. Фролов, Л. П. Рубина, И. В. Овечкина

ПРОФИЛАКТИКА КРИЗИСА У ДЕТЕЙ

**МОНИТОРИНГ СОСТОЯНИЯ И
СВОЕВРЕМЕННОЕ РЕШЕНИЕ
ПРОБЛЕМ НЕСОВЕРШЕННОЛЕТНИХ**



Практическое руководство

88.48
Ф 91

Фролов, Борис Серафимович.

Профилактика кризиса у детей (Мониторинг состояния и современное решение проблем несовершеннолетних): практическое руководство / Б. С. Фролов, Л. П. Рубина, И. В. Овечкина. - Санкт-Петербург: [б. и.], 2008. - 187 с. - ISBN 978-5-98037-121-0

В практическом руководстве представлена технология активного профилактического мониторинга состояния учащихся образовательных учреждений с целью ранней диагностики находящихся в социально опасных, предкризисных и кризисных ситуациях и своевременного оказания им помощи.

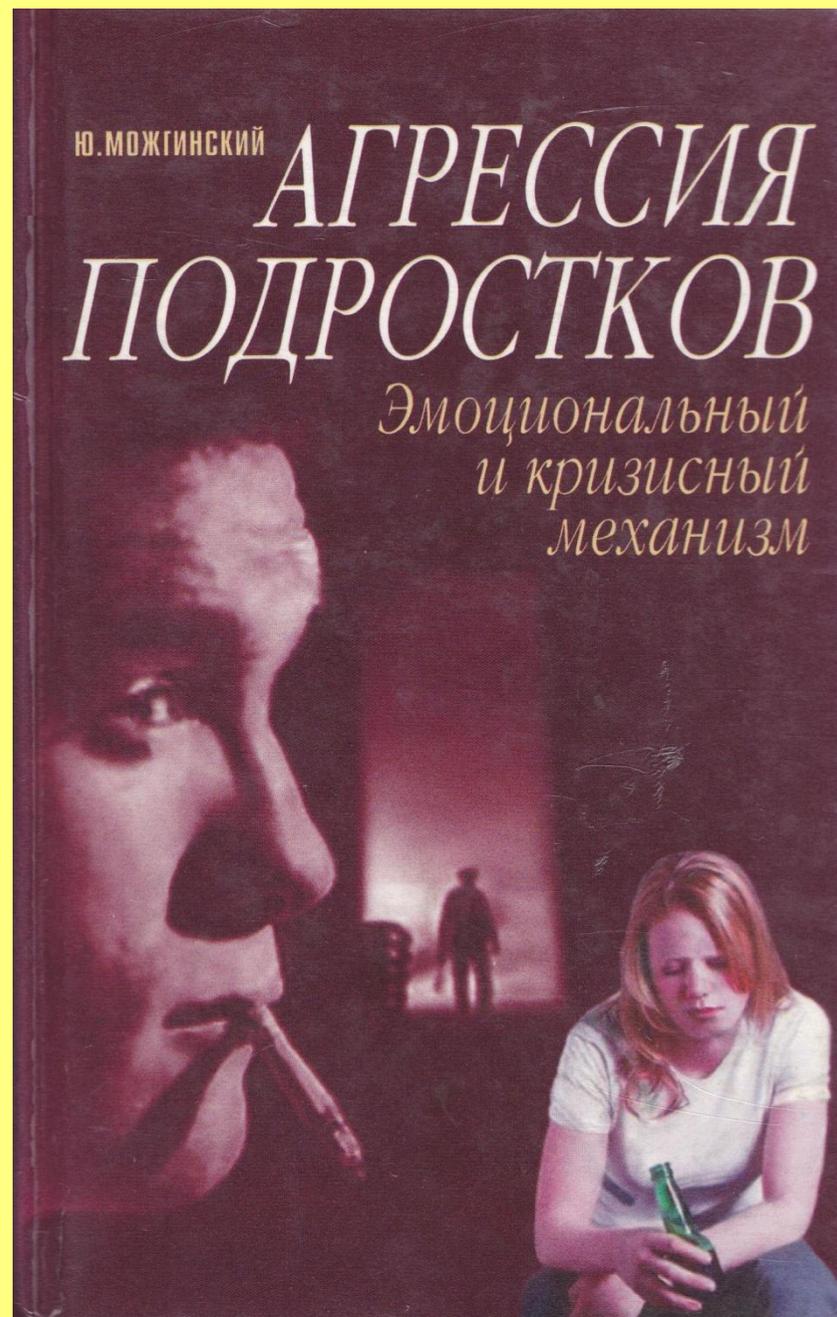
56.14

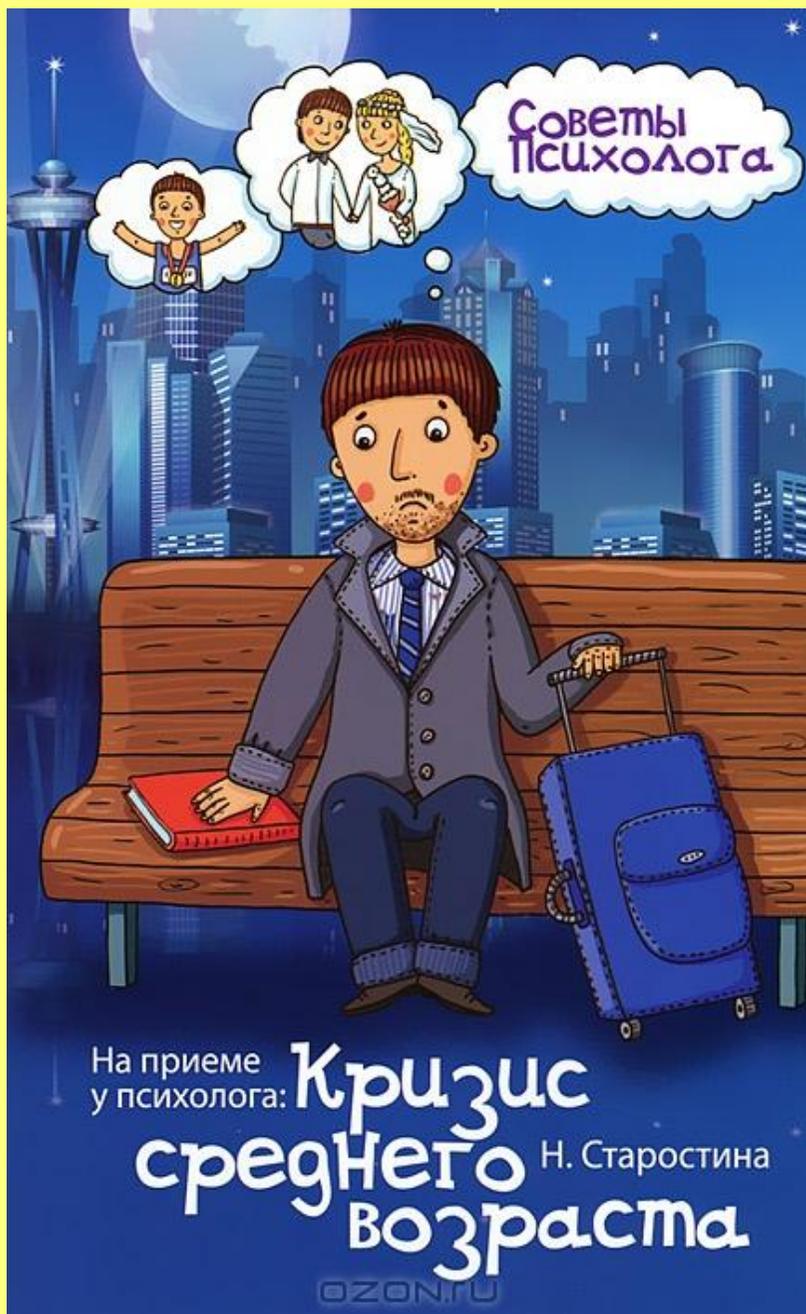
М 74

Можгинский, Ю. Б.

Агрессия подростков: эмоциональный и кризисный механизм. /
Ю. Б. Можгинский. - Санкт-Петербург: ЛАНЬ, 1999. - 128 с.

В монографии исследуется механизм совершения тяжких агрессивных преступлений подростков с учетом влияния на этот процесс таких факторов, как депрессия и личностный кризис. Предложена систематизация патологических агрессивных действий, их мотивов и наиболее вероятных алгоритмов развития. Изложение материала содержит сведения, необходимые для понимания истоков и движущих сил агрессии.





88.492

С 77

Старостина, Наталья Валентиновна.

На приеме у психолога: кризис среднего возраста / Н. В. Старостина. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2013. - 138 с. - (Советы психолога). - ISBN 978-5-222-20058-2

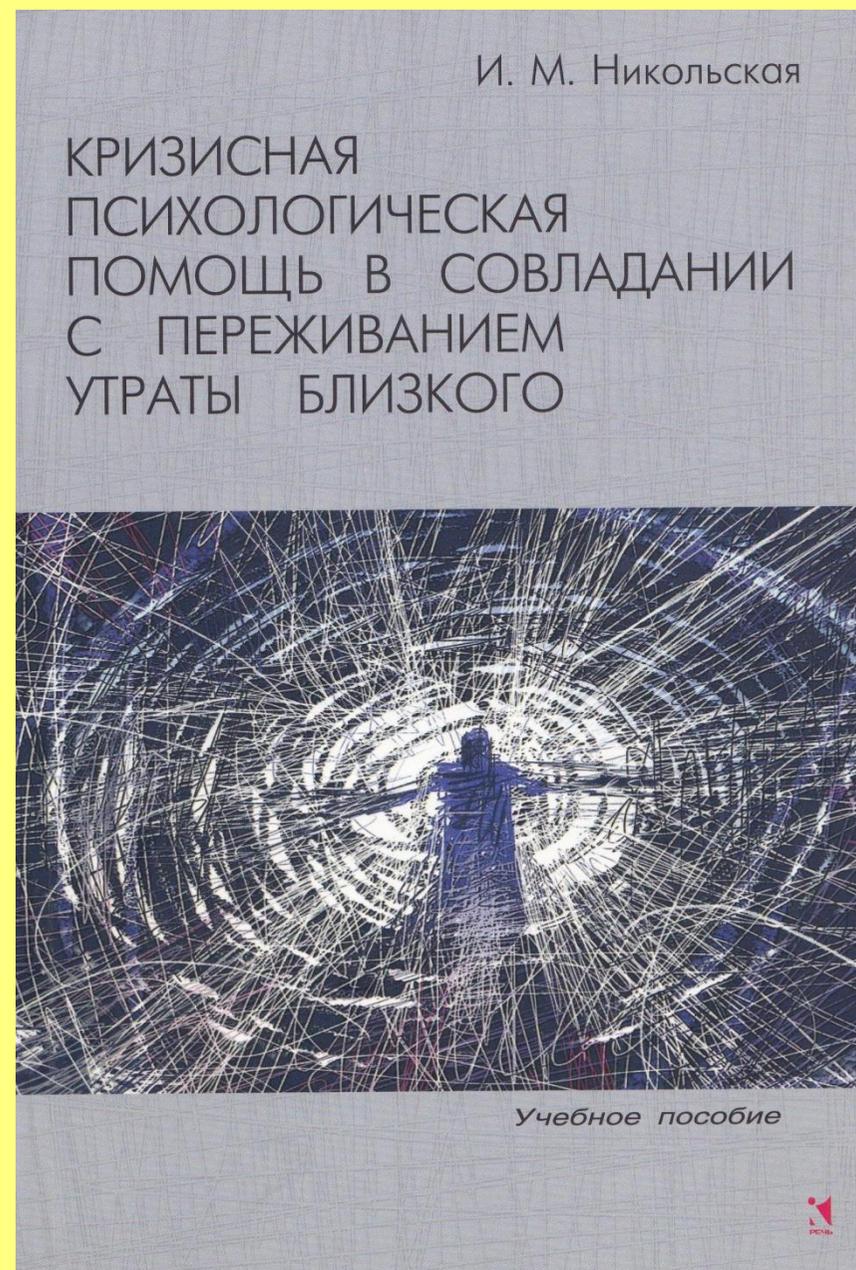
Пресловутый кризис среднего возраста может настичь каждого мужчину, и каждую женщину с 35 до 45 лет. Для многих – это болезненный и переломный период жизни, связанный с переосмыслением всего прожитого и необходимостью перемен. Неудовлетворенность собой, переоценка жизненных целей и ценностей, может резко менять эмоциональное состояние и провоцировать на неожиданные поступки. Чем руководствуется отец семейства, решивший «все бросить» и уехать на край света? Что толкает серьезную женщину в объятия молодого любовника? Что заставляет многих чувствовать себя несчастными неудачниками, стоящими перед финишной прямой? Конечно же – кризис среднего возраста! В книге вы найдете подсказки и советы психолога, как справиться с ним, как вам сохранить целостность своей личности, а главное как проще и легче выйти из сложных жизненных ситуаций, которые бывают у многих в этот период жизни. Если вы освоите упражнения, описанные в книге, то гораздо быстрее сможете восстановить себя. Эта книга для вас, если вы уже почувствовали, что время «Ч» пришло к вам!

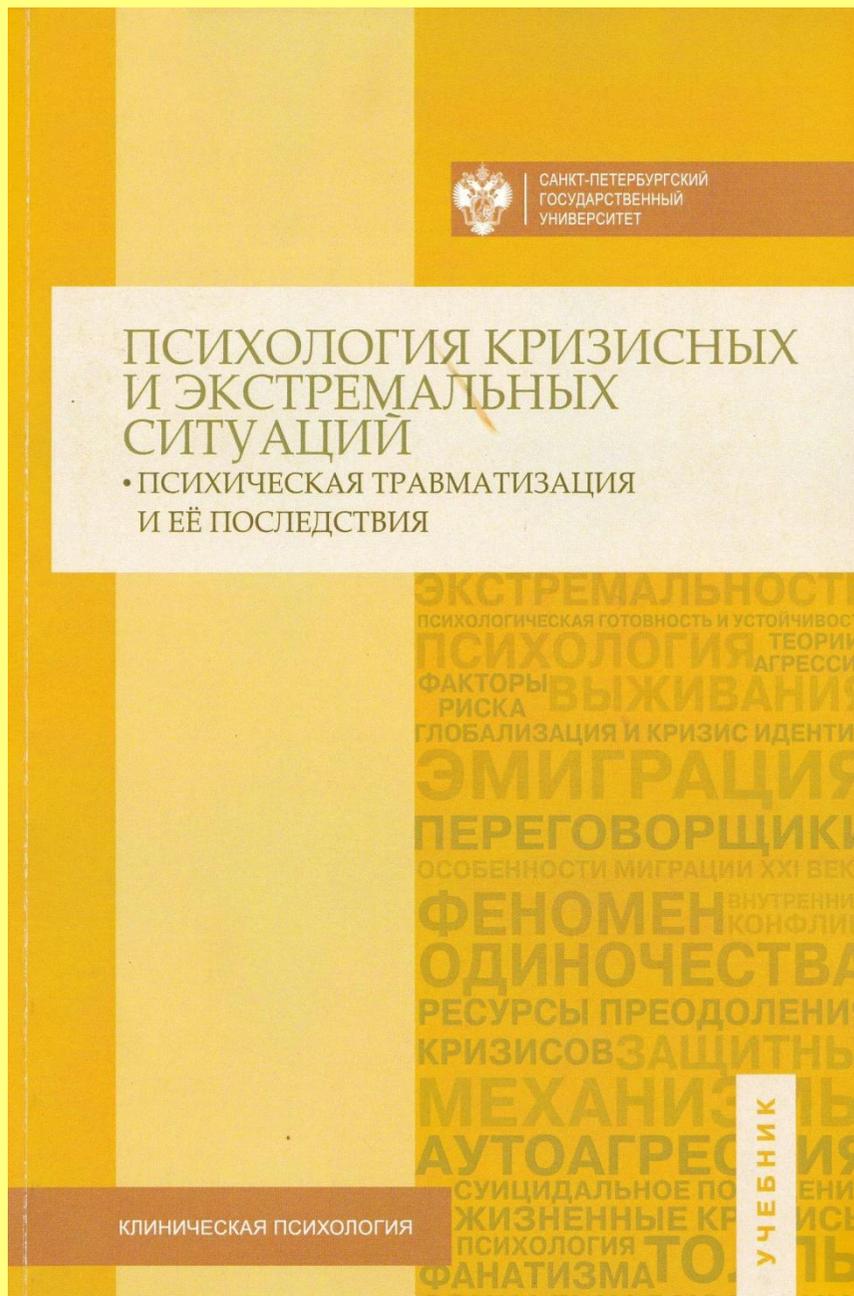
88.492
Н 64

Никольская, Ирина Михайловна.

Кризисная психологическая помощь в совладании с переживанием утраты близкого : учебное пособие / И. М. Никольская. - Санкт-Петербург; Москва: Речь, 2016. - 80 с. - ISBN 978-5-9268-2055-0

В учебном пособии представлено теоретическое обоснование и техники оказания краткосрочной кризисной психологической помощи детям и взрослым в ситуации переживания смерти близкого родственника. В качестве теоретических основ рассмотрены психологические аспекты веры, функционирование психологической защиты как важного уровня защитной системы человека и ресурсная роль межпоколенных отношений в семье. Основными методическими приемами кризисной психологической интервенции являются авторский метод серийных рисунков и рассказов и сопряженные с ним арт-терапевтические техники: искусственная процедура «оплакивая»; условное разделение миров «живых» и «умерших»; направленный суггестивный диалог между «живым» и «умершим» с последующим «выводом» клиента из мира психотравмирующих переживаний в мир позитивного будущего.





88.37
П 86

Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психическая травматизация и ее последствия: учебник / Н. С. Хрусталева [и др.]; ред. Н. С. Хрусталева; Санкт-Петербургский государственный университет). - Санкт-Петербург: Изд-во СПбГУ, 2014. - 372 с. - ISBN 978-5-288-05583-6

В учебнике представлен материал по психической травме и психической травматизации, связанной с неизлечимыми заболеваниями, боевыми действиями, миграционными процессами и т.д., дается подробный анализ психической травматизации у детей и подростков. Рассмотрены нормальные и патологические формы реакций на сверхсильные травматические воздействия, виды психических расстройств, критерии, методы диагностики и эмпирические исследования ПТСР. Как последствия психической травматизации описаны различные виды зависимостей и факторы риска их возникновения.

88.492

Р 70

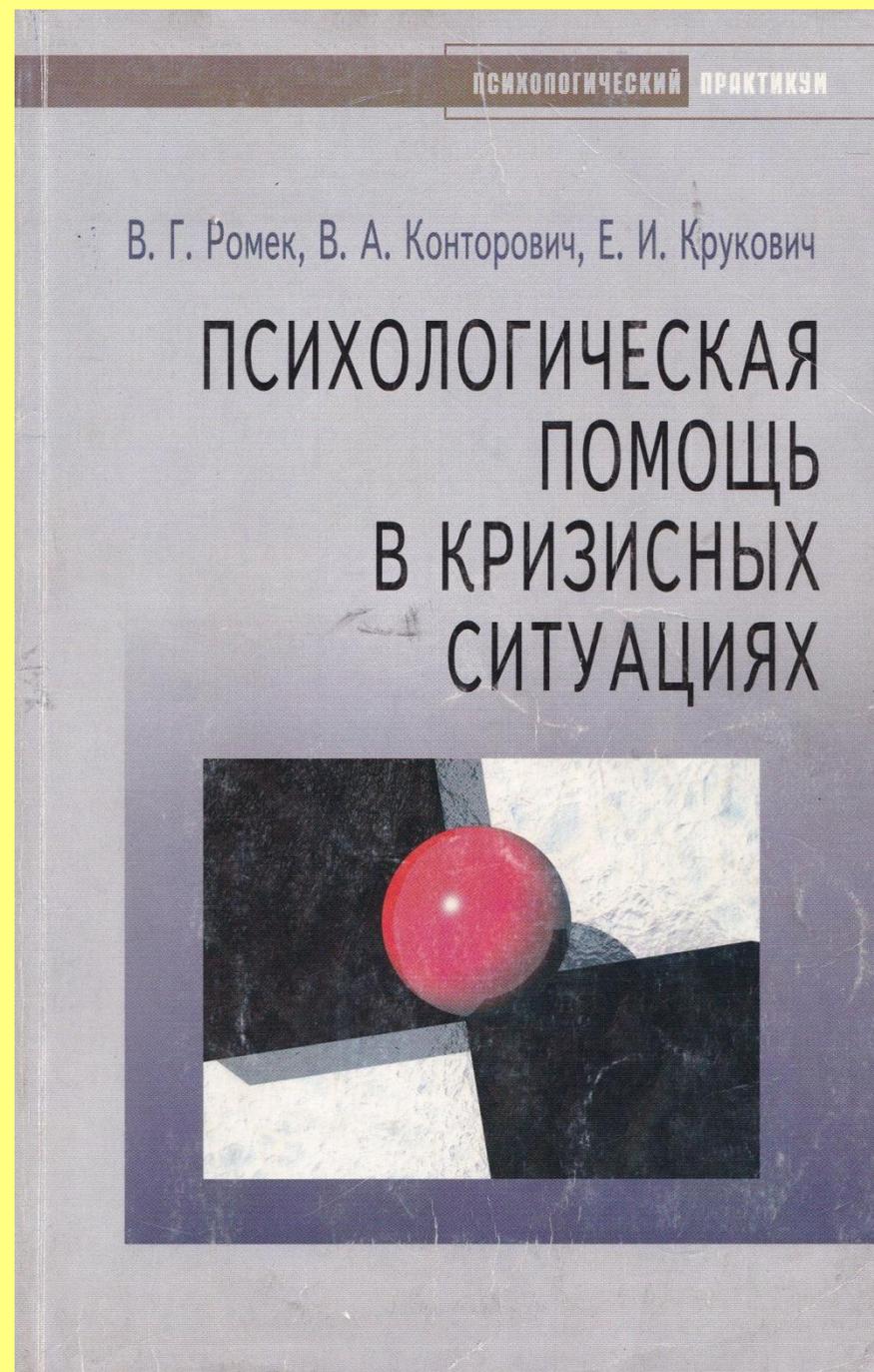
Ромек, Владимир Георгиевич.

Психологическая помощь в кризисных ситуациях : учебное пособие /

В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е. И. Крукович. - Санкт-Петербург:

Речь, 2007. - 256 с. - ISBN 5-9268-0247-4

В пособии рассматриваются относительно новые направления психологической практики и терапии, возникшие в ответ на потребности нормализации психического состояния людей, попавших в кризисную ситуацию. Пособие посвящено практическим проблемам кризисной интервенции: принципам кризисной помощи, распознаванию признаков трансформации естественного процесса переживания утраты в патологический, диагностике степени суицидального риска. В качестве примера психотерапевтических интервенций представлены поведенческие методы психотерапии кризисных состояний.





88.37
С 60

С.Л. Соловьева

ПСИХОЛОГИЯ

ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ



Соловьева, Светлана Леонидовна.

Психология экстремальных ситуаций: монография / С. Л. Соловьева. - Санкт-Петербург: ЭЛБИ-СПб, 2003. - 126 с.

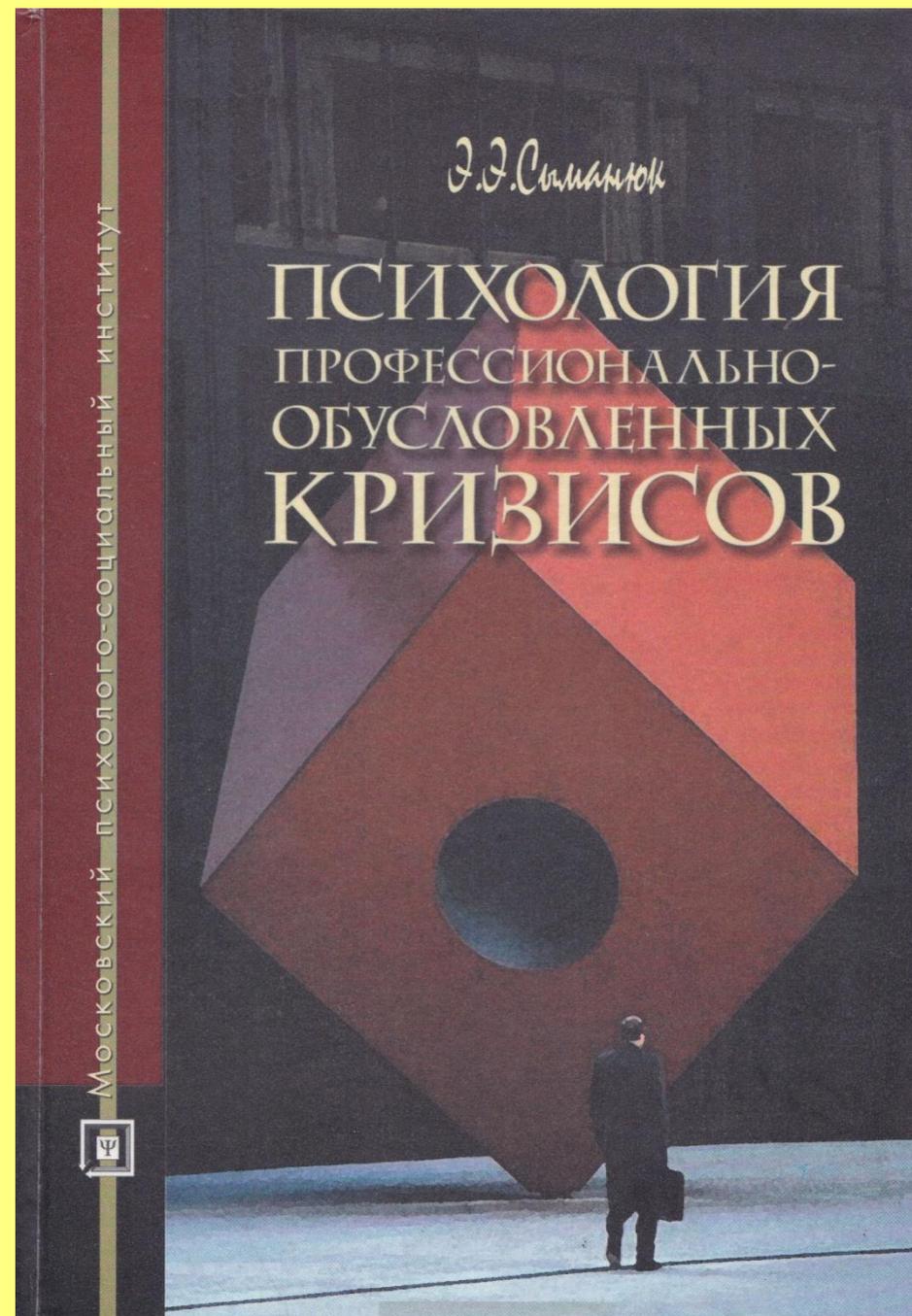
Монография посвящена психологическому анализу экстремальных состояний человека, таких как стресс, фрустрация, конфликт, депривация, кризис. Приводится типология личности человека, переживающего критическую ситуацию. Излагаются различные способы преодоления кризисных состояний разными типами личности. Рассматриваются феноменология посттравматического стресса, раскрываются психологические аспекты умирания и смерти. Предназначена для психологов, психиатров, психотерапевтов.

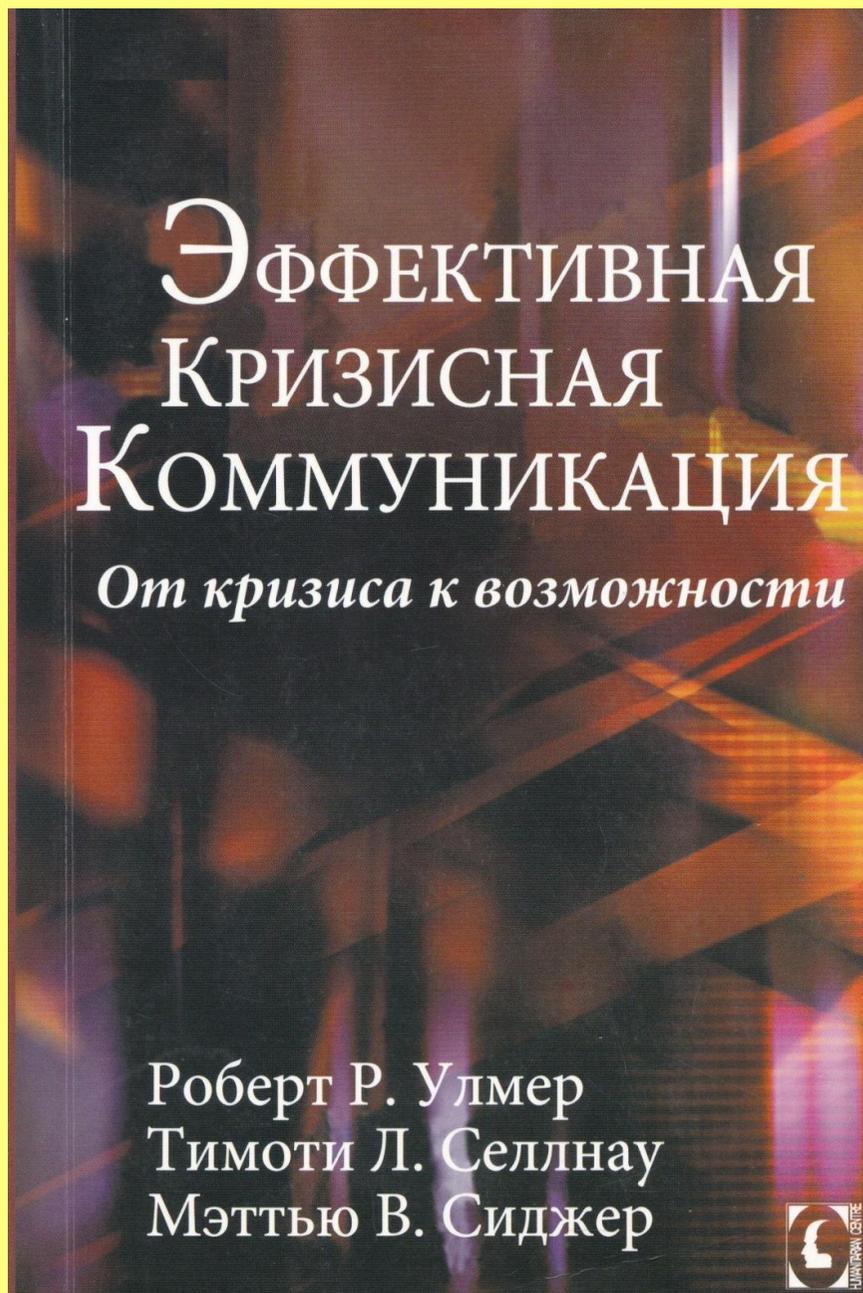
88.40
С 95

Сыманюк, Эльвира Эвальдовна.

Психология профессионально обусловленных кризисов: научное издание / Э. Э. Сыманюк. - Москва: МПСИ, 2004. - 320 с. - (Библиотека психолога).

Монография посвящена проблеме профессионально обусловленных кризисов педагогов. Рассмотрены объективные и субъективные факторы, инициирующие кризисы, проанализирована происходящая в процессе переживания кризисов перестройка структуры субъекта деятельности и способы выхода из кризисов. Практико-ориентированный характер монографии придают разработанные психотехнологии преодоления кризисов, создающие условия для прогрессивного целенаправленного профессионального становления и способствующие профессиональной самоактуализации педагогов.





68.9

У 48

Улмер, Роберт Р.

Эффективная кризисная коммуникация : от кризиса к возможности /

Р. Р. Улмер, Т. Л. Селлнау, М. В. Сиджер ; пер. с англ. А. А. Науменко. -

Харьков: Гуманитарный центр, 2011. - 268 с. - ISBN 978-966-8324-73-4

Книга представляет собой новый набор стандартов для всех тех, кто так или иначе задействован в сфере кризисного управления. События сентября 2001 года заставили руководителей организаций и весь мир в целом пересмотреть свои взгляды на безопасность. Авторы книги составили детальное руководство, которое позволяет выстроить коммуникацию в ситуации кризиса и успешно его преодолеть, преобразовав в возможность для обновления. В центре внимания авторов – самые разнообразные виды кризисов, стили лидерства в каждом из них, способы обучения на ошибках, как своих, так и чужих, способы оптимального поведения с теми, кого затронул кризис, способы преодоления неопределенности, волнения и паники, которые влечет за собой кризис и т.д.

- книге собраны практические советы, позволяющие эффективно управлять и преодолевать кризисы;

- обозначены базовые стратегии коммуникации в разнообразных кризисных ситуациях – терактах, пищевых отравлениях, природных катаклизмах, производственных кризисах и т.д.

- авторы успешно объединили теорию с практикой, выводя правила на основе реально произошедших кризисов, затронувших целые страны, ранее считавшиеся неприступными, и ведущие в своей отрасли организации.

88.8
З-63

Зиновьева, Наталья Олеговна.

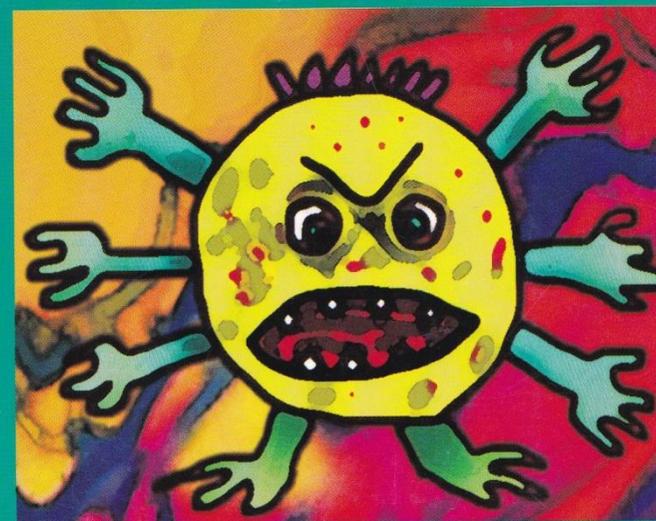
Психология и психотерапия насилия. Ребёнок в кризисной ситуации: учебное пособие / Н. О. Зиновьева, Н. Ф. Михайлова. - Санкт-Петербург: Речь, 2005. - 248 с. - ISBN 5-9268-0186-9

В книге раскрыты особенности посттравматических стрессовых расстройств и психологических травм у детей, описана феноменология насилия (эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное, насилие в школе), а также формы и методы работы с детьми, пережившими насилие (диагностика, превенция, индивидуальная, групповая и семейная психотерапия, тренинговые программы).

Н. О. Зиновьева, Н. Ф. Михайлова

ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОТЕРАПИЯ НАСИЛИЯ

РЕБЕНОК В КРИЗИСНОЙ СИТУАЦИИ



РЕЧЬ

ВИКТОР ФРАНКЛЬ

СТРАДАНИЯ ОТ БЕССМЫСЛЕННОСТИ ЖИЗНИ

Актуальная психотерапия



(Пути философии — The Ways of Philosophy)

53.57

Ф 83

Франкль, Виктор Эмиль.

Страдания от бессмысленности жизни. Актуальная психотерапия : научное издание / В. Э. Франкль; пер. с англ. - Новосибирск: Сибирское университетское издательство, 2009. - 105 с. - (Пути философии). - ISBN 978-5-379-01183-3

Книга всемирно известного австрийского философа, психолога, создателя логотерапии Виктора Франкля (1905-1997) представляет собой сборник лекций, в которых в доступной и увлекательной форме изложены основные идеи экзистенциальной психологии. Научная и литературная карьера выдающегося австрийского психолога началась в 1924 году, когда он с одобрения Зигмунда Фрейда опубликовал свою первую статью в "Международном психоаналитическом журнале". Пережив в молодости увлечение психоанализом и психологией Адлера, Виктор Франкль стал родоначальником совершенно нового направления в психологии, которое теперь именуют Третьей Венской Школой психотерапии. Основываясь на своем богатом опыте практикующего психотерапевта, Франкль не только анализирует причины появления мучительного ощущения бессмысленности жизни, которое царит в современном обществе, но и дает свой рецепт избавления от страданий, вызванных этим ощущением.

88.37
Л 55

Ливехуд, Бернард.

Кризисы жизни - шансы жизни. Развитие человека между детством и старостью / Б. Ливехуд; пер. с нем. - Калуга: Духовное познание, 1994. – 224 с.

В этой книге Бернард Ливехуд (1905-1992), известный голландский психотерапевт, основатель лечебно-педагогического движения и реформатор системы профессионального образования в Нидерландах, основатель Нидерландского Педагогического Института для содействия развитию (в Цейсте) и Высшей Свободной Школы (в Дрибергеме) рассматривает жизненный путь человека с духовнонаучной, антропософской точки зрения. Жизненный кризис может быть понят как переход в новое состояние, как источник нового развития человека. На этом понимании основана психотерапевтическая помощь в преодолении кризисов и созидании собственной биографии.

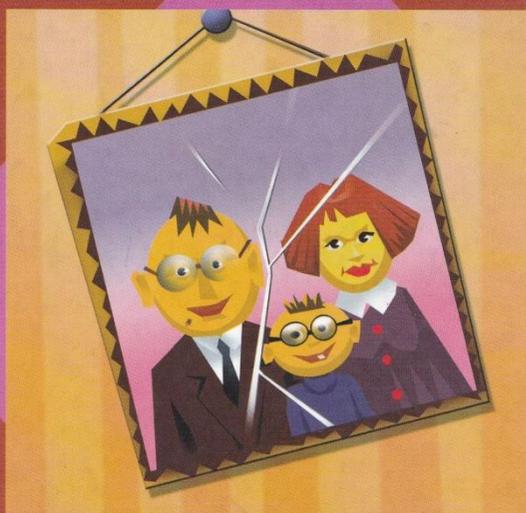


Современный Учебник

Н. И. Олифирович Т. А. Зинкевич-Куземкина

Т. Ф. Велента

ПСИХОЛОГИЯ СЕМЕЙНЫХ КРИЗИСОВ




РЕЧЬ

88.56

О-54

Олифирович, Наталья Ивановна.

Психология семейных кризисов: учебник / Н. И. Олифирович, Т. А. Зинкевич-Куземкина, Т. Ф. Велента. - Санкт-Петербург: Речь, 2008. - 360 с.: ил. - (Современный учебник). - ISBN 5-9268-0416-7

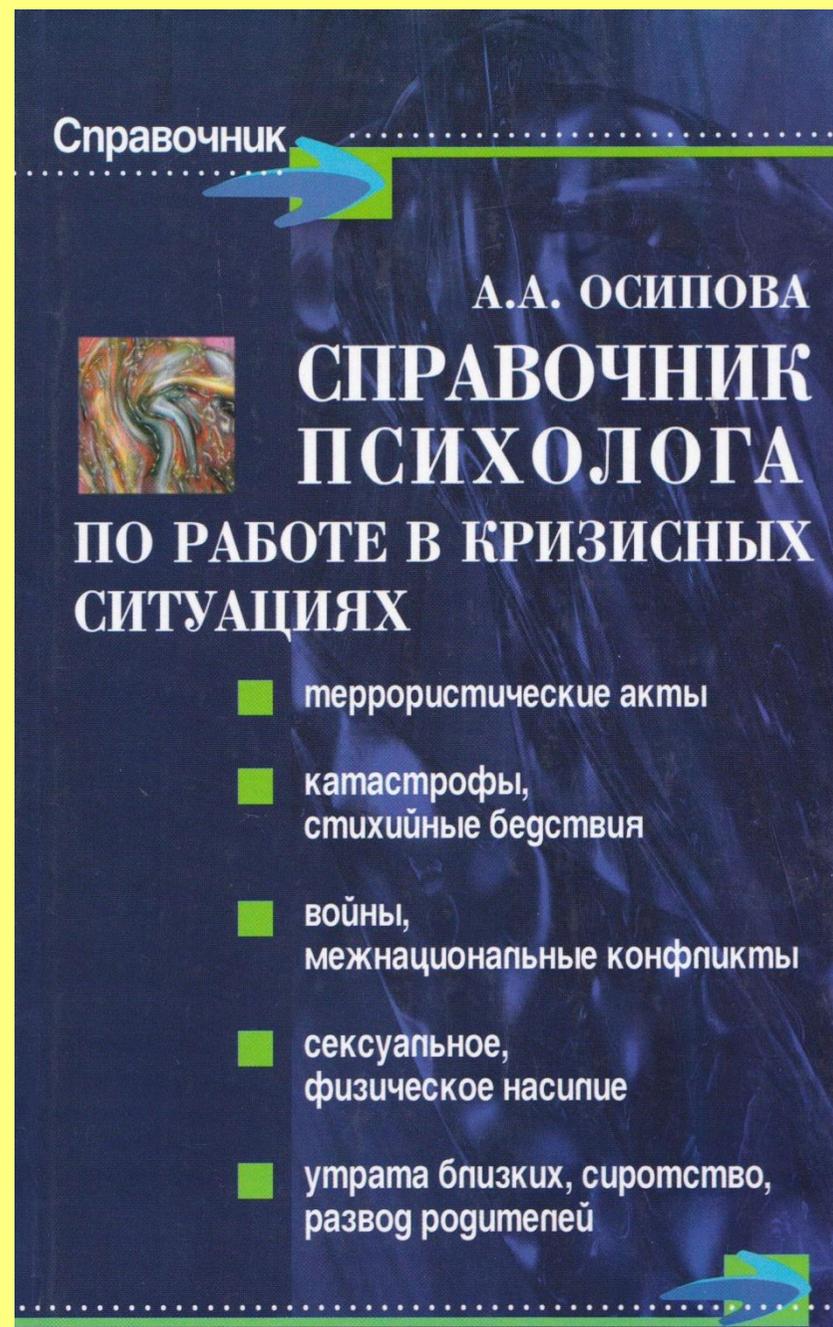
В книге содержатся теоретические и методологические положения семейной психологии и психотерапии. Представлен обзор семейных кризисов, описание каждого из которых содержит феноменологию, диагностику и рекомендации по оказанию психологической помощи. Приведены техники и приемы работы с семьей, а также специально подобранный диагностический инструментарий, которые могут оказаться полезными в работе психолога-консультанта.

88я2
О-74

Осипова, Анна Анатольевна.

Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях : справочное издание / А. А. Осипова. - 2-е изд. - Ростов-на-Дону: Феникс, 2006. – 315 с. - (Справочник). - ISBN 5-222-08595-3

В справочнике представлен спектр кризисных ситуаций в жизни человека, детально рассмотрены причины их возникновения, включая критический возраст, семейные проблемы, утрату близкого человека, террор и возникновение чрезвычайных ситуаций, насилие. Проанализированы способы выхода из кризиса и конструктивные методы борьбы с деструктивными – алкоголизмом и суицидом.





88.37

П 50

Поливанова, Катерина Николаевна.

Психология возрастных кризисов: учебное пособие / К. Н. Поливанова. -

Москва: Академия, 2000. - 184 с.

Учебное пособие посвящено проблеме кризисов развития. В книге представлены практически все современные направления возрастной психологии и психологии развития, в которых дается трактовка возрастных кризисов. Анализ сложного и многоаспектного понятия «возрастной кризис» развивает основные положения культурно-исторической теории.

53.57

В 52

Виртц, Урсула.

Жажда смысла. Человек в экстремальных ситуациях. Пределы психотерапии: научное издание / У. Виртц, Й. Цобели; пер. с нем. Н. А. Серебренникова. - Москва: Когито-Центр, 2016. – 328 с. - (Современная психотерапия). - ISBN 978-5-89353-371-2

Проблема смысла является центральной для психологии и психотерапии. Эта книга – о поиске смысла жизни в ситуациях кризиса, когда человек дошел до предела своих сил, пережил тяжелейшую травму, насилие, заболел раком или СПИДом. Поднимаются также вопросы о выгорании, о границах и пределах, с которыми помогающий профессионал сталкивается в психотерапевтической практике, о том, каких ценностей придерживаются и на какие смыслы ориентируются различные психотерапевтические школы. Авторы – известные юнгианские психотерапевты – приходят к выводу, что исцеление души невозможно без духовности, психотерапевтического эроса и принимающего понимания.

Книга посвящена травме, смыслу, помощи и человечности - темам, которые неизбежно затрагивают каждого человека. Она о том, что страдание является частью исцеления, что связь сознания с духовной традицией может быть восстановлена. Эта книга поможет читателю почувствовать себя живым, породить и обнаружить смыслы, примириться с ограниченностью своих возможностей, найти внутренние опоры и равновесие предельного и запредельного.

