

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РЕСПУБЛИКИ ДАГЕСТАН
Государственное бюджетное профессиональное образовательное учреждение
Республики Дагестан «ИПК»

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.07.Психология экстремальных ситуаций

Профиль получаемого профессионального образования:
естественнонаучный

Код и наименование профессии/ специальности:
20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях

входящей в состав УГС 20.00.00 Техносферная безопасность и природообустройство
Квалификация выпускника: Техник - спасатель

Форма обучения: **очная**

Курс: 3

Семестр: 2

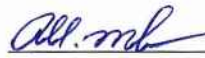
2021

ОДОБРЕНО

предметной (цикловой)
комиссией _____

УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УР

 Шабанова М.М.
Подпись _____ ФИО

Протокол № 1 от «30» 08 2024 г.

Председатель П(Ц)К


Подпись _____


ФИО

30 08 2024 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.07.Психология экстремальных ситуаций разработана на основе требований:

- Федерального закона от 29.12.2012г. № 273- ФЗ об образовании в РФ
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего общего образования утвержденного приказом Минобрнауки России от 17.05.2012 N 413 (зарегистрировано в Минюсте России 07.06.2012 N 24480);
- Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.02Защита в чрезвычайных ситуациях, утвержденного приказом Минобрнауки России от 18.04.2014 №352 .с учетом:

- профиля получаемого образования.
- примерной программы (*указывается при наличии*);
- Рекомендаций по организации получения среднего общего образования в пределах освоения образовательных программ среднего профессионального образования на базе основного общего образования с учетом требований федеральных государственных образовательных стандартов и получаемой профессии или специальности среднего профессионального образования (разработаны Департаментом государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России совместно с ФГАУ «Федеральный институт развития образования» (письмо Департамента государственной политики в сфере подготовки рабочих кадров и ДПО Минобрнауки России от 17.03.2015 № 06-259);
- Методических рекомендаций по разработке рабочих программ общеобразовательных учебных дисциплин в пределах освоения основной профессиональной образовательной программы среднего профессионального образования (ППКРС и ППССЗ) разработанных Отделом профессионального образования Министерства образования и науки Республики Дагестан в соответствии с рабочим учебным планом образовательной организации на 2021/2022 учебный год

Разработчики: Абдулаева Х.Г преподаватель спец. дисциплин

Рецензенты: Гаджиева Р.М Педагог-психолог



ГБПОУ РД

СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации учебной дисциплины	15
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	18
5. Приложение 1	20
6. Приложение 2	27
7. Приложение 3	28

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Психология экстремальных ситуаций

1.1. Область применения программы:

Рабочая программа учебной дисциплины (далее программа УД) – является частью программы подготовки специалистов среднего звена ГБПОУ РД «Индустриально-промышленный колледж» по специальности СПО 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях, разработанной в соответствии с ФГОС СПО третьего поколения

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована следующими программами повышения квалификации и переподготовки: защита в чрезвычайных ситуациях.

Рабочая программа составлена для очной формы обучения.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: профессиональный цикл, общепрофессиональные дисциплины.

1.3. Цели и задачи учебной дисциплины – требования к результатам освоения учебной дисциплины:

Базовая часть

В результате освоения дисциплины студент должен уметь:

- оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику его развития;
- оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;
- вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи;

В результате освоения дисциплины студент должен знать:

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;

- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- механизмы образования толпы;
- принципы профилактики образования толпы;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- о влиянии этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- стадии развития общего адаптационного синдрома;
- субсиндромы стресса;
- виды стресса;
- механизм адаптации в экстремальной ситуации;
- механизмы накопления профессионального стресса;
- стадии формирования и симптомы профессионального выгорания;
- отсроченные последствия травматического стресса;
- этапы профессионального становления;
- основные виды профессиональных деформаций; принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов к освоению профессиональных модулей ОПОП по специальности 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях овладению профессиональными компетенциями (ПК) (Приложение 1):

ПК 1.1. Собирать и обрабатывать оперативную информацию о чрезвычайных ситуациях.

ПК 1.2. Собирать информацию и оценивать обстановку на месте чрезвычайной ситуации.

ПК 1.3. Осуществлять оперативное планирование мероприятий по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

ПК 1.4. Организовывать и выполнять действия по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

ПК 1.5. Обеспечивать безопасность личного состава при выполнении аварийно-спасательных работ.

ПК 2.1. Проводить мониторинг потенциально опасных промышленных объектов.

ПК 2.2. Проводить мониторинг природных объектов.

ПК 2.3. Прогнозировать чрезвычайные ситуации и их последствия.

ПК 2.4. Осуществлять перспективное планирование реагирования на чрезвычайные ситуации.

ПК 2.5. Разрабатывать и проводить мероприятия по профилактике возникновения чрезвычайных ситуаций.

ПК 2.6. Организовывать несение службы в аварийно-спасательных формированиях.

ПК 4.1. Планировать жизнеобеспечение спасательных подразделений в условиях чрезвычайных ситуаций.

ПК 4.2. Организовывать первоочередное жизнеобеспечение пострадавшего населения в зонах чрезвычайных ситуаций.

ПК 4.3. Обеспечивать выживание личного состава и пострадавших в различных чрезвычайных ситуациях.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны формировать общие компетенции (ОК) (Приложение 2):

ОК 1. – Принимать сущность и социальную ответственность своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. – Организовывать собственную деятельность, определять способы, контролировать и оценивать решение профессиональных задач.

ОК 3. – Решать проблемы, оценивать риски принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. – Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. – Использовать информационно коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

ОК 6. – Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплоченность, эффективно общаться с коллегами, руководством, пострадавшими и находящимися в зонах чрезвычайных ситуаций.

ОК 7. – Ставит цели мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения задания.

ОК 8. – Самостоятельно определять задачи для профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. – Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студента 77 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки студента 51 час;

самостоятельной работы студента 26 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной деятельности	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	77
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	51
в том числе:	
лабораторные занятия	Не предусмотрено
практические занятия	26
лекции	25
курсовая работа (проект)	Не предусмотрено
самостоятельная работа студента (всего)	26
в том числе:	
подготовка сообщений, рефератов, презентаций, конспектов, написание эссе, подготовка ответов на вопросы, составление таблиц, решение тестового задания.	-
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	Не предусмотрено
Итоговая аттестация в форме (указать)	дифференцированный зачет

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОП.07.Психология экстремальных ситуаций

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)	Объем часов	Уровень Освоения
Раздел I. Введение в психологию экстремальных ситуаций Тема 1.1. Катастрофа, экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, кризис: определение, классификация, соотношение понятий	Содержание учебного материала		
	1 Введение. Общие сведения о психологии экстремальных ситуаций.		
	2 Понятия чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации.	2	2
	3 Экстремальная ситуация. Кризисная ситуация. Кризис.		
	Лабораторные работы	Не предусмотрены	
	Практические занятия 1.Круглый стол по теме «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС». 2. Семинар по теме «Введение в психологию экстремальных ситуаций»	4	
	Контрольные работы	Не предусмотрены	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Доклад по выбранной теме: -История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС. -Роль и место психологии экстремальных ситуаций в профессиональной деятельности спасателя. 2. Сообщение к семинару по выбранной теме: -Особенности поведения человека в экстремальных ситуациях -Групповое поведение людей в экстремальной ситуации -Человек в экстремальных ситуациях его реакции и поведение -Влияние средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях -Методы профилактики нежелательных реакций в экстремальной ситуации 3.Подготовка презентации в программе Power Point по теме: «Катастрофа. Чрезвычайная, экстремальная ситуация.	6	

	Кризис».			
Раздел II. Нормальный стресс	Содержание учебного материала			
Тема 2.1. Стресс: история изучения, определение, кривая развития стрессовой ситуации.				
	1	Стресс: история изучения и современные представления.	2	2
	2	Кривая развития стрессовой ситуации.		
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	

	Практические занятия		2	
	Практикум «Психодиагностика стресса»			
	Контрольные работы		Не предусмотрены	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	1. Сообщение по теме «Дебрифинг стресса критического инцидента, психологическая поддержка и реабилитация».			
	2. Доклад по выбранной теме к семинару:			
	- Стресс и утомление как основные группы психических функциональных состояний человека.		2	
	- Проблема стресса и дистресса в профессиональной деятельности пожарного.			
	- Психофизиологические основы стрессового механизма.			
	- Основные правила поведения в условиях стресса.			
Тема 2.2. Психофизиология стресса, или как работает организм при возникновении стрессовой ситуации	Содержание учебного материала			
	1	Природа возникновения стресса. Физиологические и психологические проявления.		
	2	Нервная система: анатомическое строение и функциональное деление.	2	2
	3	Механизмы стресса.		
	4	Проверочная работа по теме: «Психофизиология стресса»		
	Лабораторные работы		Не предусмотрены	
	Практические занятия		Не предусмотрены	
	Контрольные работы		Не предусмотрены	
	Самостоятельная работа обучающихся			
	1. Ответить на вопросы по теме: «Психофизиология стресса»		2	
Тема 2.3. Психология стресса	Содержание учебного материала.			
	1	Понятие психологического стресса		
	2	Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса.	4	2
	3	Виды (уровни) реакций человека на стресс.		
	4	Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.		

	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Практические занятия 1. Темперамент. Определение типа темперамента.		2	
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Составить таблицу уровней реакций человека на стресс. 2. Реферат по теме: «Темперамент как одно из важных психических свойств личности. Сферы проявления, концепции темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик), их отражение на профессиональной деятельности спасателя»		2	
Тема 2.4 Влияние стресса на жизнь человека.	Содержание учебного материала			
	1	Позитивное и негативное влияние стресса на жизнь человека.	2	2
	2	Проверочная работа по теме «Нормальный стресс»		
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Практические занятия 1. Семинар по теме «Стресс»		2	
	Контрольные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовить презентацию в программе Power Point по теме «Стресс»		2	
Раздел III. Экстренная психологическая помощь. Травматический стресс. Тема 3.1 Экстренная психологическая помощь	Содержание учебного материала			
	1	Понятие экстренной психологической помощи. Экстренная психологическая помощь при		

		острой реакции на стресс.		
	2	Помощь при страхе. Помощь при тревоге. Помощь при плаче и истерике. Помощь при апатии.	4	2
	3	Помощь при чувстве вины или стыда. Помощь при двигательном возбуждении. Помощь при нервной дрожи.		
	4	Помощь при гневе, злости, агрессии. Самопомощь при острых реакциях на стресс.		
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Практические занятия 1. Приемы оказания экстренной «допсихологической» помощи. Основные направления работы с различными группами пострадавших. 2. Антистресс: как снять нервное напряжение. Методики восстановления. 3. Методы психологической диагностики и оказания экстренной психологической помощи. 4. Конфликт. Мое поведение в конфликте» (занятие построено по методу тестирования)		8	
	Контрольные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Сообщение по теме «Допсихологическая помощь пострадавшим при ЧС» 2. Составить конспект по теме: «Изучение мероприятий психологической помощи личному составу спасателей при проведении специальных работ в очаге поражения» (самостоятельное изучение)		2	
Тема 3.2 Отсроченные реакции на травматический стресс.	Содержание учебного материала			
	1	Реакции горя. Психосоматические расстройства. Переживание утраты.		
	2	Понятие психической травмы. Динамика переживания травматической ситуации.		
	3	Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР)	4	2

	4	Основные направления реабилитации ПТСР		
	5	Проверочная работа на тему: «Травматический стресс»		
		Лабораторные работы	<i>Не предусмотрены</i>	
		Практические занятия 1.Выявление симптомов ПТСР. Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) 2. Суицидальное поведение. Оказание помощи при текущем суициде. 3. Приемы активного слушания. Особенности общения с человеком, переживающим горе, утрату. Анализ ошибок в общении с пострадавшими в ЧС.	4	
		Контрольные работы	<i>Не предусмотрены</i>	
		Самостоятельная работа обучающихся 1. Сообщение по теме: «Симптоматика посттравматического стрессового расстройства» 2.Решение тестового задания по теме: «Травматический стресс» 3. Сообщение по теме: «Общие принципы конструктивного общения с пострадавшими»	4	
Раздел IV. Хронический стресс и профессиональное здоровье специалиста Тема 4.1.Профессиональное здоровье специалиста, работающего в экстремальных условиях		Содержание учебного материала		
		1. Профессиональное здоровье. Профессиональное развитие.	2	2
		Лабораторные работы	<i>Не предусмотрены</i>	
		Практические занятия 1.Изучение типового режима работы спасателей в ходе ликвидации чрезвычайных ситуаций 2. Составление психограммы спасателя МЧС	2	

	Контрольные работы	<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Реферат по теме: «Структура профессионально важных качеств спасателей» 2. Эссе на тему: «Моя будущая профессия - спасатель»	4	
Тема 4.2. Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.	Содержание учебного материала		
	1 Профессиональные деформации и деструкции. Синдром эмоционального выгорания.	3	2
	2 Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.		
	3 Дифференцированный зачет		
	Лабораторные работы	<i>Не предусмотрены</i>	
	Практические занятия 1. Диагностика эмоционального выгорания. 2. Семинар – практикум «Методы и приемы саморегуляции»	2	
	Контрольные работы	<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Доклад по выбранным темам: -Субъективные и оперативные признаки состояний перевозбуждения, апатии, боевой готовности. - Понятие о физических и психологических резервах организма, условиях их мобилизации. -Основы восстановления работоспособности.	2	
Примерная тематика курсовой работы (проекта) <i>(если предусмотрены)</i>		<i>Не предусмотрена</i>	
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрены)</i>		<i>Не предусмотрена</i>	
Всего:		77	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета Психологии

Оборудование учебного кабинета:

1. Посадочные места по количеству обучающихся;
2. Рабочее место преподавателя;
3. Комплект сетевого оборудования, обеспечивающий соединение всех компьютеров, установленных в кабинете в единую сеть, с выходом через прокси-сервер в Интернет.
4. аудиторная доска для письма;
5. компьютерные столы по числу рабочих мест обучающихся;
6. вентиляционное оборудование, обеспечивающие комфортные условия проведения занятий.

Технические средства обучения:

1. мультимедиа проектор;
2. персональные компьютеры с лицензионным программным обеспечением;
3. лазерный принтер;
4. сканер;
5. устройства вывода звуковой информации: звуковые колонки;
6. справочная правовая система ГАРАНТ Платформа F1;

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основная литература

Для преподавателей:

1. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. – М.: Смысл, 2018. – 364 с. *(не переиздавалась)*
2. Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога.- М.: Эксмо, 2019- 702 с. *(не переиздавалась)*
3. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях., М.: Изд-во Эксмо, 2020. – 928 с. *(не переиздавалась)*
4. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации . — М.: Изд-во Эксмо, 2019. – 960 с. *(не переиздавалась)*
5. Осипова, А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д, Феникс, 2018 г. – С 315. *(не переиздавалась)*
6. Кузнецова А.С., Леонова А.Б. Психологические технологии управления состоянием человека. – М.: Смысл, 2018. – 311 с. *(не переиздавалась)*
7. Крюкова М.А., Никитина Г.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь: практ. пособие. – М.: ЭНАС, 2019. – 64 с. *(не переиздавалась)* Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: Теория, эмпирия, практика. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019 – 206 с.
8. Пергаменщик Л.А., Пузыревич Н.Л. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Практикум: учеб.-метод. Пособие. – Минск: Изд-во Гревцова, 2018. – 340 с

Для студентов:

1. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. – М.: Смысл, 2019. – 364 с. *(не переиздавалась)*
2. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации . — М.: Изд-во Эксмо, 2018. – 960 с. *(не переиздавалась)*

Дополнительная литература

Для преподавателей:

1. Колодзин Бенджамин. Как жить после психической травмы. Пер. с английского Савельевой И.В. – М.: Шанс, 2018. – 95 с.
2. Кулик А.А. Картина мира лиц, переживших землетрясение. Автореферат дисс. ... канд. психол. н. – Хабаровск, 2018. – 21 с.
3. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2019. – 63 с.
4. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. М.: Прайм-Еврознак, 2020. 672 с. (или более поздние издания).
5. Наенко Н.И. Психическая напряженность. – М.: Изд-во МГУ, 2018. – 112 с.
6. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под. общей ред. Ю.С. Шойгу. – М.: Смысл, 2018 – 319 с. (есть в сети в открытом доступе, искать по названию).
7. Ротенберг В.С., Бондаренко С.М. Мозг. Обучение. Здоровье. - М.: Просвещение, 2018. - 239 с.
8. Саржавеладзе Н., Беберашвили З., Джавахишвили Д., Махашвили Н., Саржавеладзе Н. Травма и психологическая помощь. – М.: Смысл, 2019 – 180 с.
9. Спиваковская А.С. Профилактика детских неврозов. – М.: Изд-во МГУ, 2018. – 200 с.
10. Шапарь В.Б. Психология кризисных ситуаций. – Ростов н/Д.: Феникс, 2018. – 452 с.

3.3 Интернет-ресурсы

1. МЧС России [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: www.mchs.gov.ru, свободный. - Яз. рус.
2. А. Я. Психология: тесты, тренинги, словарь, статьи [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: [https://yandex.ru/search/?text=azps.ru тесты](https://yandex.ru/search/?text=azps.ru%20тесты), свободный. -Яз.рус
3. МЧС медиа - сайт Объединённой редакции МЧС России[Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text=mchsmedia>, свободный. - Яз. рус.
4. Пожарный сайт 01 - нормативные документы по пожарной безопасности, снип, гост, правила пожарной безопасности, пожарная техника... [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text=-pozarnyi.ru&lr>, свободный. - Яз. рус.
5. Учебник Психология экстремальных ситуаций [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text>, свободный. - Яз. рус.
6. Экстренная психологическая помощь[Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: [https://yandex.ru/search/?text=экстренная психологическая помощь практическое пособие](https://yandex.ru/search/?text=экстренная%20психологическая%20помощь%20практическое%20пособие), свободный. - Яз. рус.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися самостоятельных работ.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
В результате изучения дисциплины студент должен: уметь: – оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику; – оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях; – вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях; – учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи; знать: – особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях; – систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; – факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; – о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях; – понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи; – классификацию групп пострадавших в ЧС; – основные направления работы с различными группами пострадавших; – общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях; – алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации; признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс; – механизмы образования толпы; принципы профилактики образования толпы; – основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы; – алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке; – влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях; – принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса	Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы. Стартовая диагностика обучающихся; выявление мотивации к изучению нового материала. Текущий контроль в форме: - фронтальный опрос - индивидуальный опрос - тестовый контроль знаний - текущий контроль в форме защиты отчетов по практическим занятиям - Экспертная оценка результатов практической работы - Экспертная оценка результатов самостоятельной работы - письменный отчет - тестирование Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета

Приложение 1

обязательное

КОНКРЕТИЗАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Уметь: оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику его развития;	История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС Введение в психологию экстремальных ситуаций Психодиагностика стресса Конфликт. Изучение типичных моделей поведения Темперамент. Определение типа темперамента Стресс Выявление симптомов ПТСР. Методики выявления симптомов ПТСР Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР)» на примере конкретных ситуаций Изучение типового режима работы спасателей в ходе ликвидации чрезвычайных ситуаций Диагностика эмоционального выгорания Методы и приемы саморегуляции	ОК 1-9 ПК 1.1-1.5 2.1-2.6 4.1-4.3
Знать: -особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях; -систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; -факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; -стадии развития общего адаптационного синдрома; -субсиндромы стресса; -виды стресса; -механизм адаптации в	Общие сведения о психологии экстремальных ситуаций. Понятия чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации. Чрезвычайная ситуация. Экстремальная ситуация. Кризисная ситуация. Кризис. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации. Стресс: история изучения и современные представления. Кривая развития стрессовой ситуации. Понятие о стрессоустойчивости. Природа возникновения стресса. Физиологические и психологические проявления. Нервная система: анатомическое строение и функциональное деление. Механизмы стресса. Понятие психологического стресса	

экстремальной ситуации; -механизмы накопления профессионального стресса; -стадии формирования и симптомы профессионального выгорания; -отсроченные последствия травматического стресса; -этапы профессионального становления; -основные виды профессиональных деформаций; -принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса	Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса. Позитивное и негативное влияние стресса на жизнь человека. Основные направления реабилитации ПТСР. Профессиональное здоровье. Профессиональное развитие Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.	
Самостоятельная работа студента	1. Подготовить доклад по выбранным темам: - <i>Субъективные и оперативные признаки состояний перевозбуждения, апатии, боевой готовности.</i> - <i>Понятие о физических и психологических резервах организма, условиях их мобилизации.</i> - <i>Основы восстановления работоспособности.</i> 2. Написать эссе на тему: «Моя будущая профессия - спасатель» 3.Подготовить реферат по теме: «Структура профессионально важных качеств спасателей» 4. Ответить на вопросы тестового задания по теме: «Травматический стресс» 5. Подготовить сообщение по теме: «Симптоматика посттравматического стрессового расстройства» 6. Составить конспект по теме: « Изучение мероприятий психологической помощи личному составу спасателей при проведении специальных работ в очаге поражения» 7. Подготовить презентацию в программе Power Point по теме «Стресс» 8. Подготовить реферат по теме: «Темперамент как одно из важных психических свойств личности. Сферы проявления, концепции темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик), их отражение на профессиональной деятельности спасателя» 9. Составить таблицу уровней реакций человека на стресс. 10. Подготовить ответы на вопросы по теме: «Психофизиология стресса» 11.Подготовить доклад по выбранной теме к семинару по теме «Стресс»: - <i>Стресс и утомление как основные группы психических функциональных состояний человека.</i> - <i>Проблема стресса и дистресса в профессиональной деятельности спасателя</i>	

	- Психофизиологические основы стрессового механизма. - Основные правила поведения в условиях 12. Подготовить сообщение к семинару по выбранной теме: - Особенности поведения человека в экстремальных ситуациях - Групповое поведение людей в экстремальной ситуации - Влияние средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях - Человек в экстремальных ситуациях его реакции и поведение - Методы профилактики нежелательных реакций в экстремальной ситуации. 13. Подготовить доклад по выбранной теме: - История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС. - Роль и место психологии экстремальных ситуаций в профессиональной деятельности спасателя.	
Уметь: оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;	Практикум «Психодиагностика стресса» Приемы оказания экстренной «допсихологической» помощи Основные направления работы с различными группами пострадавших . Антистресс: как снять нервное напряжение. Методики восстановления Методы психологической диагностики и оказания экстренной психологической помощи Приемы активного слушания. Особенности общения с человеком, переживающим горе, утрату. Анализ ошибок в общении с пострадавшими в ЧС Составление психогаммы спасателя МЧС Методы и приемы саморегуляции	ОК 1-9 ПК 1.1-1.5 2.1-2.6 4.1-4.3

		ОК 1-9 ПК 1.1-1.5 2.1-2.6 4.1-4.3
Знать: -понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи; -классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях; -основные направления работы с различными группами пострадавших; - признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс -алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;	Общие сведения о психологии экстремальных ситуаций. Субъекты экстремальной ситуации. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса. Позитивное и негативное влияние стресса на жизнь человека. Понятие экстренной психологической помощи Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс. Организационная схема деятельности специалистов психологической службы на месте ЧС. Понятие психической травмы. Динамика переживания травматической ситуации. Реакции горя. Психосоматические расстройства. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР)	

	Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) Основные направления реабилитации ПТСР Переживание утраты	
Самостоятельная работа студента	1. Подготовить сообщение по теме: «Общие принципы конструктивного общения с пострадавшими» 2. Подготовить сообщение «Допсихологическая помощь пострадавшим при ЧС» 3. Подготовить презентацию в программе Power Point по теме «Стресс» 4. По плану, предложенному преподавателем, подготовить сообщение по теме: «Дебрифинг стресса критического инцидента, психологическая поддержка и реабилитация». 5. Подготовить реферат по теме: «Структура профессионально важных качеств спасателей» 6. Подготовить доклад по выбранным темам: <i>-Субъективные и оперативные признаки состояний перевозбуждения, апатии, боевой готовности;</i> <i>-Понятие о физических и психологических резервах организма, условиях их мобилизации.</i> <i>-Основы восстановления работоспособности.</i>	
Уметь: вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;	Общие принципы и основные профессиональные психологические методы оказания экстренной психологической помощи. Принципы и этические нормы специалиста-психолога при работе в чрезвычайной ситуации.	
Знать: - о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях; -общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях; -алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации; -механизмы образования толпы; -принципы профилактики образования толпы; -основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;	Помощь при чувстве вины или стыда. Помощь при двигательном возбуждении. Помощь при нервной дрожи. Переживание утраты. Основные направления реабилитации ПТСР. Помощь при гневе, злости, агрессии. Самопомощь при острых реакциях на стресс.	
Самостоятельная работа студента	1. Подготовить сообщение по теме: «Общие принципы конструктивного общения с пострадавшими» 2. По плану, предложенному преподавателем, подготовить сообщение по теме: «Дебрифинг стресса критического инцидента, психологическая поддержка и реабилитация». 3. Подготовить презентацию в программе Power Point по теме: «Катастрофа. Чрезвычайная,	

	экстремальная ситуация. Кризис». 4. Подготовить сообщение к семинару по выбранной теме: <i>-Особенности поведения человека в экстремальных ситуациях</i> <i>-Групповое поведение людей в экстремальной ситуации</i> <i>-Человек в экстремальных ситуациях его реакции и поведение</i> <i>-Формы социального поведения в экстремальных ситуациях</i> <i>-Методы профилактики нежелательных реакций в экстремальной ситуации.</i> 5. Подготовить доклад по выбранной теме: <i>-История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС.</i> <i>-Роль и место психологии экстремальных ситуаций в профессиональной деятельности спасателя.</i>	
Уметь: учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи;	Конфликт. Изучение типичных моделей поведения Методы и приемы саморегуляции Влияние стресса на организм человека Приемы активного слушания. Особенности общения с человеком, переживающим горе, утрату. Анализ ошибок в общении с пострадавшими в ЧС Приемы активного слушания. Особенности общения с человеком, переживающим горе, утрату. Анализ ошибок в общении с пострадавшими в ЧС	ОК 1-9 ПК 1.1-1.5 2.1-2.6 4.1-4.3
Знать: -о влиянии этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях	Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации. Природа возникновения стресса. Физиологические и психологические проявления. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса. Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР) Основные направления реабилитации ПТСР	
Самостоятельная работа студента	1. Подготовить доклад по выбранной теме: <i>-История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС.</i> <i>-Роль и место психологии экстремальных ситуаций в профессиональной деятельности</i>	

	спасателя. 2. Подготовить реферат по теме: «Темперамент как одно из важных психических свойств личности. Сферы проявления, концепции темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик), их отражение на профессиональной деятельности спасателя» 3. Подготовить сообщение к семинару по выбранной теме: - Особенности поведения человека в экстремальных ситуациях - Групповое поведение людей в экстремальной ситуации - Человек в экстремальных ситуациях его реакции и поведение - Формы социального поведения в экстремальных ситуациях - Методы профилактики нежелательных реакций в экстремальной ситуации.	
--	---	--

Приложение 2

обязательное

ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ОК

Название ОК	Технологии формирования ОК (на учебных занятиях)
ОК 1. – Пронимать сущность и социальную ответственность своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	Учебная дискуссия, организация работы в «круглых столах», конференциях
ОК 2. – Организовывать собственную деятельность, определять способы, контролировать и оценивать решение профессиональных задач.	Технологии личностно-ориентированного обучения
ОК 3. – Решать проблемы, оценивать риски принимать решения в нестандартных ситуациях.	Само- и взаимоконтроль полученных знаний и умений
ОК 4. – Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	Эвристическая беседа с использованием материала, найденного студентами самостоятельно при работе с методическими пособиями, сетью Интернет
ОК 5. – Использовать информационно коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	Проектные технологии
ОК 6. – Работать в коллективе и команде, обеспечивать ее сплоченность, эффективно общаться с коллегами, руководством, пострадавшими и находящимися в зонах чрезвычайных ситуаций.	Деловая игра, конференции
ОК 7. – Ставит цели мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения задания.	Индивидуальный анализ, моделирование проблемной ситуации, элементы мотивации тренинга.
ОК 8. – Самостоятельно определять задачи для профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Учебная дискуссия, организация работы в «круглых столах», конференциях
ОК 9. – Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.	Индивидуальный анализ, моделирование проблемной ситуации.

Приложение 3

Тест «Психологическая помощь»

1. Психологический кризис характеризуется:

- А. Опасностью
- Б. Потенциалом развития
- В. Обязательным разрушением личности.

(Ответ АБ)

2. Кризисные состояния проявляются через:

- А. Эмоциональное напряжение
- Б. Невозможность реализации жизненных потребностей
- В. Дефицит смысла в дальнейшей жизни
- Г. Расслабленность и уделение большого внимания хобби и т.п.

(Ответ АБВ)

3. Степень кризисности ситуации определяется:

- А. Адаптивными возможностями самого человека
- Б. Потенциальными возможностями личностного развития
- В. Оценкой ее окружающими
- Г. Правильные ответы не представлены

(Ответ А)

4. Ситуация для человека становится кризисной в силу:

- А. Субъективного переживания самим человеком ее как таковой
- Б. Мнений и взглядов других людей, считающих ее таковой
- В. Ее негативных последствий

(Ответ А)

5. Неуспешное (длительное либо патологическое) преодоление кризисной ситуации происходит в случае:

- А. ее отрицания
- Б. смирения с ней
- В. сопротивления ей
- Г. ее переживания

(Ответ АБВ)

6. Наиболее опасными для психического и психологического здоровья человека в большинстве случаев являются ситуации, связанные с:

- А. невозможностью достижения намеченного
- Б. осмыслением собственной смертности

В. перестройкой системы ценностей

Г. потерей работы

(Ответ Б)

7. Конструктивный выход из кризиса означает:

А. Полную дезорганизацию личности

Б. Неполную дезорганизацию личности

В. Личностную деградацию

Г. Личностный рост, связанный с получением нового опыта

Д. Личностные расстройства

(Ответ Г)

8. Деструктивный выход из кризиса характеризуется:

А. Разрушительными последствиями и личностной дезорганизацией

Б. Социальной дезадаптацией

В. Личностным ростом

Г. Позитивной интеграцией опыта

(Ответ А, Б)

9. Кризисные состояния на социально-психологическом уровне могут проявляться в:

А. нарушениях коммуникативных функций

Б. нарушениях мыслительных операций

В. нарушениях памяти

Г. нарушениях сна

(Ответ А)

10. Кризис у человека может проявиться через:

А. нарушение внимания

Б. сонливость

В. нарушение памяти

Г. хаотическую активность

(Ответ А, В, Г)

11. Системный характер кризисных состояний проявляется в том, что они:

А. периодически проявляются в жизни

Б. исключительно зависят от системы внешних условий

В. всегда имеют исключительно негативные последствия для человека

Г. охватывают все уровни личностной организации

(Ответ Г)

12. Для детей, подростков и молодежи наиболее тяжелыми в психологическом отношении оказываются:

- А. сексуальные расстройства
- Б. заболевания, изменяющие внешность
- В. инфаркт, инсульт

(Ответ Б)

13. Кризис первого года жизни характеризуется:

- А. становлением ходьбы и речи
- Б. появлением гипобулических реакций
- В. появлением социальных навыков
- Г. потребностью в самостоятельности
- Д. упрямством и негативизмом

(Ответ АБ)

14. Укажите основные симптомы кризиса 3-х лет

- А. Своеволие
- Б. Гипобулические реакции
- В. Строптивость
- Г. Упрямство

(Ответ АБГ)

15. Кризис «средних лет» наступает, как правило, в возрасте:

- А. 25 ± 2 года
- Б. 45 ± 2 года
- В. 35 ± 2 года
- Г. 55 ± 2 года

(Ответ В)

Методика выставления оценок обучающимся по результатам тестирования:

Количество набранных баллов % правильных ответов оценка

18-20 баллов
90-100% «отлично»

12-17 баллов
60-85 % «хорошо»

6 -11 баллов
30-55 %- «удовлетворительно»

менее 6 баллов
менее 30% «неудовлетворительно»

Перечень вопросов к дифференцированному зачету

1. Общие сведения о психологии экстремальных ситуаций
2. Понятие чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации
3. Экстремальная ситуация. Кризисная ситуация. Кризис
4. Стресс: история изучения и современные представления.
5. Кривая развития стрессовой ситуации
6. Природа возникновения стресса. Физиологические и психологические проявления.
7. Нервная система: анатомическое строение и функциональное деление
8. Механизмы стресса
9. Понятие психофизиологического стресса
10. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса
11. Виды реакций человека на стресс: влияние индив-х и личностных особенностей человека на развитие возн-я стресса
12. Темперамент. Определение типа темперамента
13. Приемы оказания экстренной псих-й помощи.
14. Антистресс: как снять нервное напряжение
15. Конфликт. Мое поведение в конфликте
16. Помощь при гневе, злости, агрессии
17. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).
18. Основные направления реабилитации ПТСР.
19. Суицидальное поведение. Оказание помощи при текущем суициде
20. Приемы активного слушания. Особенности общения с человеком, переживающим горе, утрату.
21. Изучение типового режима работы спасателей в ходе ликвидации ЧС
22. Профессиональное здоровье. Профессиональное развитие
23. Диагностика эмоционального выгорания.
24. Профессиональные деформации и деструкции.