

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Райхерт Татьяна Николаевна
Должность: Директор
Дата подписания: 24.02.2022 11:47:26
Уникальный программный идентификатор:
c914df807d771447164c08ee17f8e2f93dde816b

Министерство просвещения Российской Федерации
Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал)
Федерального государственного автономного образовательного учреждения
высшего образования
«Российский государственный профессионально-педагогический университет»

Факультет спорта и безопасности жизнедеятельности
Кафедра безопасности жизнедеятельности и физической культуры

УТВЕРЖДАЮ
Зам. директора по УМР
_____ В.В. Дикова
« ____ » _____ 2020 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.В.01.ДВ.02.02 ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ

Уровень высшего образования	Бакалавриат
Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль	«Безопасность жизнедеятельности и география»
Форма обучения	Очная

Нижний Тагил
2020

Рабочая программа дисциплины «Психология экстремальной ситуации». Нижнетагильский государственный социально-педагогический институт (филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный профессионально-педагогический университет», Нижний Тагил, 2020. 15 с.

Настоящая программа составлена в соответствии с требованиями федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки).

Автор: зав. кафедрой педагогики и психологии,
кандидат психологических наук, доцент

И.В. Мешкова

Рецензент: доцент кафедры психологии и педагогики
дошкольного и начального образования,
кандидат педагогических наук

Ю.В. Скоробогатова

Программа одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии. Протокол от 11.04.2019 г. № 9.

Актуализирована на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности и физической культуры «28» августа 2020 г., протокол № 1.

Зав. кафедрой педагогики и психологии

И.В. Мешкова

Программа рекомендована к печати методической комиссией факультета психолого-педагогического образования. Протокол от 23.04.2019 г. № 3.

Председатель МК ФППО

Е.Н. Скавычева

Программа утверждена решением Ученого совета факультета психолого-педагогического образования. Протокол от 26.04.2019 г. № 8.

Декан факультета

М.В. Ломаева

Главный специалист ОИР

О. В. Левинских

© Нижнетагильский государственный
социально-педагогический институт
(филиал) ФГАОУ ВО «Российский государственный
профессионально-педагогический университет», 2020.
© Мешкова Ирина Владимировна, 2020.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели и задачи освоения дисциплины.....	4
2. Место дисциплины в структуре образовательной программы.....	4
3. Результаты освоения дисциплины.....	4
4. Структура и содержание дисциплины.....	5
4.1.Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ.....	5
4.2. Содержание дисциплины.....	6
4.2.1. Тематический план дисциплины	6
4.3 Содержание дисциплины.....	7
5. Образовательные технологии.....	10
6. Учебно-методические материалы.....	11
6.1. Организация самостоятельной работы студентов.....	11
6.2. Организация текущего контроля и промежуточной аттестации	12
7. Учебно-методическое обеспечение и информационное обеспечение.....	14
8. Материально-техническое обеспечение дисциплины.....	15

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель изучения дисциплины: формирование у обучающихся общепрофессиональных и профессиональных компетенций, основанных на изучении психических состояний и поведения людей в экстремальной ситуации, способов оказания экстренной психологической помощи пострадавшим.

Задачи:

- ознакомить с общими представлениями о психологии экстремальных ситуаций;
- изучить особенности эмоциональных состояний, поведения и деятельности человека в экстремальных ситуациях;
- сформировать необходимые умения по оказанию психологической помощи людям в различных экстремальных ситуациях;
- ознакомить с приемами и способами снятия физической, эмоциональной усталости.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Психология экстремальной ситуации» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профиль «Безопасность жизнедеятельности и география».

Дисциплина реализуется на факультете спорта и безопасности жизнедеятельности кафедрой педагогики и психологии. Данная дисциплина относится к части образовательной программы, формируемой участниками образовательных отношений, входит в Дисциплины (модули) по выбору 2 (ДВ.2).

Данная дисциплина изучается на первом курсе во втором семестре параллельно с изучением курса «Общая и социальная психология». Несомненно, для изучения дисциплины «Психология экстремальной ситуации» студенты должны иметь знания о психических явлениях, типологических и индивидуальных психологических особенностях личности.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование и развитие следующих **компетенций**:

ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями

ПК-6. Способен к обеспечению охраны жизни здоровья обучающихся.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Категория	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
Психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности	ОПК-6. Способен использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями	ИОПК 6.1. Знает законы развития личности и проявления личностных свойств, психологические законы периодизации и кризисов развития; психолого-педагогические технологии индивидуализации обучения, развития, воспитания; психолого-педагогические основы учебной деятельности с учетом индивидуальных особенностей обучающихся
		ИОПК 6.2. Умеет использовать психолого-педагогические знания для планирования учебно-воспитательной работы; применять образовательные технологии для индивидуа-

		лизации обучения, развития, воспитания личности обучающегося
		ИОПК 6.3. Подготовлен к применению в своей профессиональной деятельности психолого-педагогических технологий, обеспечивающих индивидуальный подход к обучению, развитию и воспитанию обучающихся, к проведению индивидуальных воспитательных мероприятий и реализации образовательных программ с учетом личностных и возрастных особенностей обучающихся
ОТФ из Профстандарта	Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции
А. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации образовательного процесса в образовательных организациях дошкольного, начального общего, основного общего, среднего общего образования. В. Педагогическая деятельность по проектированию и реализации основных общеобразовательных программ	ПК-6. Способен к обеспечению охраны жизни здоровья обучающихся	ИПК 6.1. Знает признаки опасных ситуаций
		ИПК 6.2. Знает методы и способы обеспечения безопасности обучающихся в опасных ситуациях
		ИПК 6.3. Умеет анализировать и оценивать степень опасности в различных ситуациях
		ИПК 6.4. Умеет оказывать первую помощь
		ИПК 6.5. Умеет обеспечивать условия безопасной и комфортной образовательной среды, способствующей сохранению жизни и здоровья обучающихся

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Распределение трудоемкости дисциплины по видам работ

Вид работы	Форма обучения
	Очная
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	144 (4)
Контактная работа , в том числе:	40
Лекции	20
Практические занятия	20
Самостоятельная работа , в том числе:	95
Изучение теоретического курса	35
Подготовка к выступлению с докладом	30
Самоподготовка к текущему контролю знаний	30
Подготовка и сдача дифференцированного зачета	9

4.2. Содержание дисциплины

4.2.1 Тематический план дисциплины

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа		Сам. работа	Формы текущего контроля успева- емости
		Лекции	Практ. занятия		
1 курс, 2 семестр					
Раздел 1. Психология экстремальных ситуаций как прикладная отрасль психологии	18	4	2	12	
1. Введение в психологию экстремальных ситуаций	7	2	-	5	Экспресс-опрос
2. Чрезвычайные ситуации в современных условиях и их влияние на поведение человека	11	2	2	7	Экспресс-опрос Заслушивание сообщений
Раздел 2. Состояния, поведение и деятельность человека в экстремальных ситуациях	43	6	6	31	
3. Психические состояния и поведение пострадавших в чрезвычайных ситуациях	12	2	2	8	Экспресс-опрос Заслушивание сообщений Выполнение практических заданий
4. Психология стресса	9	2	-	7	Экспресс-опрос
5. Способы преодоления стресса в экстремальной ситуации	10	-	2	8	Заслушивание сообщений, выполнение практических заданий, экспресс-опрос
6. Оценка психического состояния пострадавших и прогноз динамики его развития	12	2	2	8	Экспресс-опрос Выполнение практических заданий
Раздел 3. Психологическая помощь пострадавшим в экстремальных ситуациях	35	6	4	25	
7. Проблемы адаптации к экстремальным условиям	9	2	-	7	Экспресс-опрос
8. Особенности экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных и экстремальных ситуациях	14	2	2	10	Экспресс-опрос Выполнение практических заданий
9. Психологическая помощь людям в экстремальных ситуациях	12	2	2	8	Экспресс-опрос Выполнение практических заданий
Раздел 4. Профессиональная деятельность спасателя	39	4	8	27	
10. Экстремальные условия в профессиональной деятельности	11	2	2	7	Экспресс-опрос, Заслушивание сообщений Выполнение практических заданий

11. Профессиональное развитие и самосовершенствование спасателя	9	-	2	7	Экспресс-опрос Заслушивание сообщений Выполнение практических заданий
12. Психологическая устойчивость как профессионально важное качество техника-спасателя.	11	2	2	7	Экспресс-опрос Заслушивание сообщений Выполнение практических заданий
13. Профессиональное здоровье спасателя	8	-	2	6	Экспресс-опрос Заслушивание сообщений
Подготовка и сдача дифференцированного зачета	9	-	-	9	Подготовка к дифференцированному зачету
Всего по дисциплине	144	20	20	104 (95+9)	

4.3. Содержание дисциплины

РАЗДЕЛ 1. ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ КАК ПРИКЛАДНАЯ ОТРАСЛЬ ПСИХОЛОГИИ

Тема 1. Психология экстремальных ситуаций как прикладная отрасль психологии. Лекция (2 часа)

Предмет изучения психологии экстремальных ситуаций. Теоретические и прикладные задачи психологии ЭС. Место психологии ЭС в системе наук. Психология катастроф. Понятия: «чрезвычайная ситуация», «экстремальная ситуация», «кризисная ситуация». Виды и критерии чрезвычайных ситуаций. Их классификация по разным основаниям. Субъекты экстремальной ситуации. Методы определения и изучения экстремальных ситуаций.

Тема 2. Чрезвычайные ситуации в современных условиях и их влияние на поведение человека

Лекция (2 часа)

Практическое занятие (2 часа)

Оптимальные и экстремальные условия жизни и деятельности. Экстремальные жизненные ситуации. Понятия риска, экстремальной ситуации, экстремального состояния. Причины их возникновения и развития. Основные факторы, влияющие на человека в экстремальной ситуации.

Общество в ситуации нестабильности. Социальные стрессы и здоровье в современном обществе. Проблема безопасности и ее обеспечение. Чрезвычайные ситуации мирного времени. Массовое сознание в экстремальных ситуациях. Феномен паники и агрессии. Агрессия в современном обществе. Агрессия в межличностных отношениях. Психология распространения слухов, паники. Профилактика панических реакций.

РАЗДЕЛ 2. СОСТОЯНИЯ, ПОВЕДЕНИЕ И ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ ЧЕЛОВЕКА В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Тема 3. Психические состояния и поведение пострадавших в чрезвычайных ситуациях

Лекция (2 часа)

Практическое занятие (2 часа)

Понятия «индивид», «личность», «субъект деятельности». Биологическое и социальное в структуре личности. Индивидуальные психологические особенности личности: по-

требности, мотивы, темперамент, характер, направленность. Психотип личности и его поведение в чрезвычайных ситуациях. Личность в нестандартных и экстремальных условиях.

Психические состояния. Характеристика негативных психических состояний человека. Эмоциональные состояния. Синдром хронической усталости. Суицидальное поведение, его виды. Неврозы и пограничные состояния личности. Страх и механизмы страха. Критические ситуации и их переживание. Психические состояния. Характеристика негативных психических состояний человека. Эмоциональные состояния. Эмоциональная напряженность. Их последствия на физиологическом, психологическом и поведенческом уровнях. Особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях.

Систематика психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях. Факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях. Психогении при остро возникших жизнеопасных ситуациях. Профилактика психогений в экстремальных ситуациях.

Тема 4. Психология стресса.

Лекция (2 часа)

Понятие психологического стресса. Стадии развития общего адаптационного синдрома; субсиндромы стресса; виды стресса.

Механизм адаптации в экстремальной ситуации. Психические стрессоры. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса. Кривая развития стрессовой ситуации. Понятие стрессоустойчивости. Тип нервной системы человека и его влияние на стрессоустойчивость. Методы аутодиагностики (самооценки) стресса.

Отсроченные последствия травматического стресса. Посттравматический стрессовый синдром и расстройство. Критерии и методы диагностики ПТСР. Типы психофизиологических реакций человека на чрезвычайную ситуацию по М.М. Решетникову: «Стадия витальных реакций», «Стадия острого психоэмоционального шока с явлениями сверхмобилизации», «Стадия психофизиологической демобилизации», «Стадия разрешения», «Стадия восстановления» психофизиологического состояния». Угроза жизни.

Тема 5. Способы преодоления стресса в экстремальной ситуации

Практическое занятие (2 часа)

Проблемы выживания в экстремальных условиях. Проблема доверия в стрессовой ситуации. Понятие фасцинации. Механизмы преодоления стрессовых состояний. Психотехнологии выработки эмоциональной устойчивости. Предупреждение и преодоление стресса. Позитивное мышление и его роль в саморегуляции. Методы самовоспитания. Приемы выработки коммуникативных качеств.

Методики психической и психофизиологической саморегуляции (аутогенная тренировка, массажи, аро-мофитотерапия, цвето- и ауди-терапия и др.) Методики психической саморегуляции профессиональной направленности. Выполнение практических упражнений.

Тема 6. Оценка психического состояния пострадавших и прогноз динамики его развития

Лекция (2 часа)

Практическое занятие (2 часа)

Обследование психического состояния. Критерии оценки психического состояния пострадавших. Состояние сознания. Общий вид и поведение. Отношение к собственному психическому состоянию. Эмоциональное состояние. Оценка мышления, ощущений, восприятия. Высшие когнитивные функции.

Наиболее распространенные психотические симптомы: галлюцинации, бред, бредовая готовность; бредовая интерпретация реальности. Кататонические симптомы: а) гипокINETический — расстройства двигательной активности в виде замедления движений или «заствывания» в неподвижности; б) гиперкинетический — беспорядочное, импульсивное двигательное возбуждение. Прогноз динамики его развития психического состояния пострадавших. Осо-

бенности динамики и критерии оценки психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях. Результаты исследования людей, подвергшихся воздействию экстремальных факторов во время войсковых, антитеррористических операций и катастроф

РАЗДЕЛ 3. ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ ПОСТРАДАВШИМ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ

Тема 7. Проблемы адаптации к экстремальным условиям

Лекция (2 часа)

Понятие социально-психологической адаптации. Психологическая готовность людей к чрезвычайным ситуациям. Готовность человека к действиям в экстремальных условиях. Возможности и ограничения человека в экстремальных ситуациях. Оптимизация психических состояний, Психологическая защита личности. Функции психологической защиты. Защитные механизмы психики. Профилактика психологической готовности людей к чрезвычайным ситуациям.

Тема 8. Особенности экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных и экстремальных ситуациях

Лекция (2 часа)

Практическое занятие (2 часа)

Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи. Классификация 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. Алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке.

Тема 9. Психологическая помощь людям в экстремальных ситуациях

Лекция (2 часа)

Практическое занятие (2 часа)

Психологические методы мобилизации в экстремальных ситуациях. Факторы формирования отношения к опасной ситуации: биологические, психофизиологические, психологические особенности личности.

Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи. Классификация 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

Горе. Основные этапы переживания горя. Психологическая помощь взрослому и ребенку при переживании горя.

Экстренная психологическая помощь пострадавшим в условиях экстремальной ситуации. Первая помощь при истериках, тяжелых психологических травмах

Способы снятия эмоционального перенапряжения, преодоление чувства страха и неуверенности. Понятие психологического стресса. Борьба со стрессом. Релаксация. Самовнушение. Аутотренинг.

Первая помощь при тяжелых психологических травмах и других критических психологических состояниях:

- Апатия. Симптомы. Психологическая помощь при апатии.
- Ступор. Симптомы. Психологическая помощь при ступоре.
- Истерика. Симптомы. Психологическая помощь при истериках.
- Плач. Психологическая помощь при плаче.
- Смертельная болезнь. Психологическая помощь умирающим.

- Сексуальное насилие. Психологическая помощь пострадавшим от сексуального насилия.
- Психологическая помощь взрослому и ребенку при насилии, связанном с угрозой для жизни.

РАЗДЕЛ 4. ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ СПАСАТЕЛЯ

Тема 10. Экстремальные условия в профессиональной деятельности

Лекция (2 часа)

Практическое занятие (2 часа)

Возникновение экстремальных условий в профессиональной деятельности и в деловом общении. Человек в технических системах. Природа ошибок человека-оператора. Техногенные катастрофы. Проблемы безопасности на железнодорожном транспорте. Проблемы прогнозирования психологических последствий ЧС. Принятие решений в экстремальных ситуациях. Психология принятия решений, сопряженных с риском. Антикризисные методы управления. Мониторинг потенциально опасных промышленных объектов и мониторинг природных объектов

Тема 11. Профессиональное развитие и самосовершенствование спасателя

Практическое занятие (2 часа)

Этапы профессионального становления. Содержание профессиональной деятельности техника-спасателя. Выполнение основных профессиональных задач: спасение жизни, сохранение здоровья пострадавшим и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций. Требования к морально-психологическим качествам спасателя в условиях ЧС. Базовые основы регуляции поведения спасателя. Возможности адекватного и профессионального поведения спасателя в экстремальной ситуации. Основные виды профессиональных деформаций

Тема 12. Психологическая устойчивость как профессионально важное качество техника-спасателя

Лекция (2 часа)

Практическое занятие (2 часа)

Понятие психологической устойчивости. Компоненты психологической устойчивости: динамичность, эмоциональность, воля. Интеллектуальные компоненты психологической устойчивости. Профессиональная компетентность как компонент психологической устойчивости. Соотношение понятий «психологическая устойчивость» и «стрессоустойчивость». Психология конфликта. Стратегии поведения в конфликте.

Тема 13. Профессиональное здоровье спасателя

Практическое занятие (2 часа)

Факторы, определяющие «зону стабильности» профессионального здоровья специалистов. Теория «профессионального выгорания» по Аминову. Сопротивление синдрому профессионального выгорания. Методы саморегуляции, применяемые для поддержания психического здоровья специалистов. Подбор методов и приёмов профилактики профессионального выгорания, которые являются проблемными для применения в профессиональной среде спасателей.

5. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Структура содержания курса «Психология экстремальной ситуации» представляет собой систему лекционных и практических занятий.

На *лекционных занятиях* раскрываются наиболее вопросы психологической безопасности поведения в экстремальных ситуациях.

На *практических занятиях* предполагается использование активных методов и форм работы студентов, таких как выполнение практических заданий в форме обсуждения проблемных ситуаций, дискуссия, ролевая игра.

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1. Организация самостоятельной работы студентов

Программой курса «Психология экстремальной ситуации» предусмотрена самостоятельная работа студентов, которая направлена на *решение следующих задач*:

- самостоятельное изучение отдельных тем дисциплины, вынесенных в содержание практических занятий;
- подготовку к выступлениям с сообщениями, презентациями на практических занятиях;
- выполнение практических и учебно-исследовательских заданий (проведение психологической диагностики);
- выполнение (по желанию бакалавров) творческих работ, докладов;

В рамках дисциплины «Психология экстремальной ситуации» анализируются ситуации, связанные с процессом взаимоотношений, возникающих между обучающимися и другими субъектами образовательного процесса, представляющих угрозу психологической безопасности личности, проводится психологический анализ поведения в экстремальных ситуациях.

Виды самостоятельной работы студентов:

- составление словаря психологических терминов;
- конспекты параграфов учебных пособий, статей, материалов сайтов;
- участие в дискуссиях по проблемам психологической безопасности личности;
- подготовка докладов, презентаций по предложенным и самостоятельно сформулированным темам.

Темы докладов

1. Биологическая основа (гено- и фенотипическая) физиологических механизмов адаптации к экстремальным факторам среды.
2. Основные факторы стресса и психофизиологические механизмы адаптации человека в экстремальной ситуации (на примере конкретного вида катастрофы).
3. Роль стресса в развитии общего адаптационного синдрома.
4. Роль эмоций в развитии стресса
5. Психологические механизмы защиты от стрессовых воздействий.
6. Врожденные и приобретенные формы поведения.
7. Влияние наркотических веществ и алкоголя на состояние сознания человека.
8. Правила поведения при угрозе со стороны человека, находящегося под действием наркотических веществ или алкоголя
9. Теории врожденных и приобретенных форм агрессивного поведения.
10. Биологическая основа естественной агрессивности и эволюционные механизмы ее ограничивающие
11. Психофизиологические основы агрессивности человека.
12. Социальные факторы и семейное воспитание, влияющие на формирование агрессии.
13. Связь фрустрации и агрессии
14. Агрессивность и альтруизм – биологическая и социальная роль
15. Личность и агрессия - черты характера, имеющие отношение к насилию
16. Проблема психологической устойчивости к психологической агрессии
17. Основные принципы психологической подготовки при защите от нападения.
18. Психогении в экстремальных ситуациях.
19. Психофизиологические особенности детского организма и поведение детей в очаге катастрофы.

20. Психофизиологические реакции и расстройства, возникающие при жизнеопасных ситуациях.
21. Роль семьи и социальной среды в формировании личности, склонной к суициду
22. Приёмы и методы ведения переговоров с лицами, предпринимающими попытку суицида.
23. Методы психологической саморегуляции, как инструмент повышения психологической устойчивости и расширения адаптационных возможностей личности.
24. Педагогическое сопровождение социализации обучающихся на разных ступенях образования.
25. Педагогическое сопровождение профессионального самоопределения обучающихся старших классов.
26. Психолого-педагогическое сопровождение безопасности образовательной среды школы.

6.2. Организация текущего контроля и промежуточной аттестации

Организация *текущего контроля* знаний по дисциплине «Психология экстремальной ситуации» ведется в течение семестра в письменной форме (тест-опрос) на лекционных занятиях, в устной форме в ходе практических занятий, выполнения индивидуальных и групповых практических заданий, предусмотренных в тематическом планировании. Проведение указанных видов оценочных мероприятий позволит:

- организовать учебную деятельность студентов в течение семестра;
- оценить уровень освоения студентами основных навыков работы с научной литературой, умения решать исследовательские и практические задачи, выполнять творческие задания;
- объективно оценить уровень подготовки по предмету каждого студента;
- представить собственный уровень знаний по предмету самому студенту, а также оценить свои сильные и слабые стороны и учесть их при подготовке к экзамену.

При изучении курса предусмотрены следующие виды *текущего контроля*:

- анализ и оценка качества сообщений и докладов, презентаций, с которыми студенты выступают на каждом практическом занятии;
- оценка учебно-познавательной активности студентов при обсуждении проблемных педагогических ситуаций, возникающих на уроках безопасности жизнедеятельности, географии и в жизни;
- анализ подготовленного психологического заключения по результатам самодиагностики и перечня рекомендаций по личностному саморазвитию.

Промежуточная аттестация по данной дисциплине проводится в форме устного дифференцированного зачета во 2 семестре, на котором проверяется:

- усвоение теоретического материала курса;
- усвоение базовых понятий курса;
- качество выполнения практических заданий.

Вопросы по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций»

1. Предмет психологии экстремальных ситуаций. Взаимосвязь психологии экстремальных ситуаций с другими науками.
2. Понятия «экстремальная ситуация», «кризисная ситуация». Виды экстремальных и кризисных ситуаций.
3. Особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях.
4. Систематика психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях.
5. Факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях.
6. Понятие страха, ужаса, классификация страха, природа реагирования на угрожающую ситуацию.

7. Понятие фрустрации, Стадии фрустрационного поведения, факторы, влияющие на поведение во время фрустрации, виды фрустрационного поведения, реакции на фрустрацию.
8. Понятие паники, классификация видов паники, механизмы развития паники.
9. Понятие толпы. Механизмы образования толпы. Принципы профилактики образования толпы.
10. Влияние средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях.
11. Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи.
12. Классификация групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях.
13. Основные направления работы с различными группами пострадавших.
14. Общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях.
15. Алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации.
16. Влияние этнокультуральных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях
17. Признаки психического состояния и поведения человека при острых реакциях на стресс.
18. Алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс.
19. Понятие суицида и суицидальной попытки. Причины суицидов. Признаки суицидального поведения.
20. Алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке.
21. Понятие стресса. Виды стресса. Стадии развития общего адаптационного синдрома.
22. Динамика развития стрессовых состояний. Субсиндромы стресса.
23. Отсроченные последствия травматического стресса.
24. Основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы
25. Механизм адаптации в экстремальной ситуации.
26. Механизмы накопления профессионального стресса. Стадии формирования и симптомы профессионального выгорания.

Критерии оценки ответа на дифференцированном зачете

Ответ студента на дифференцированном зачете оценивается в соответствии с требованиями, согласно которым:

отметка **«отлично»** выставляется в случае, если:

- содержание ответа свидетельствует об углубленных знаниях студента;
- изложение материала логично, последовательно, с опорой на разнообразные источники;
- ответ подкреплён примерами из жизни, СМИ, Интернета;

отметка **«хорошо»** выставляется в случае, если:

- содержание ответа свидетельствует о достаточных знаниях студента;
- ответ дан с опорой на обязательную литературу и подкреплён примерами из жизни, СМИ, Интернета;

отметка **«удовлетворительно»** выставляется в случае, если:

- содержание ответа свидетельствует о недостаточных знаниях студента;
- ответ дан с опорой на обязательную литературу и не подкреплён примерами из жизни, СМИ, Интернета;

отметка **«неудовлетворительно»** выставляется в случае, если:

- содержание ответа свидетельствует о слабых знаниях студента;
- ответ дан без опоры на обязательную литературу и не подкреплён примерами из жизни, СМИ, Интернета.

7. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Основная литература

1. Каменская, Е. Н. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации : учебное пособие / Е. Н. Каменская. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2017. — 110 с. — ISBN 978-5-9275-2584-3. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS : [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/87480.html>
2. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для академического бакалавриата / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 303 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-9094-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/433785>
3. Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях : учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. — Москва : Издательство Юрайт, 2019. — 192 с. — (Университеты России). — ISBN 978-5-534-08656-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://biblio-online.ru/bcode/425999>

Дополнительная литература:

1. Гуревич П.С. Психология чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов вузов / П.С. Гуревич. — Электрон. текстовые данные. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2015. — 494 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/52553.html>
2. Одинцова, М.А. Психология жизнестойкости [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2015. — 292 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/63027>
3. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.В. Белашева [и др.]. — Электрон. текстовые данные. — Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2016. — 262 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/66099.html>
4. Тихонова, Я.Г. Психологические особенности экстремальных ситуаций [Электронный ресурс] : учеб.-метод. пособие — Электрон. дан. — Москва : ФЛИНТА, 2015. — 107 с. — Режим доступа: <https://e.lanbook.com/book/72704>
5. Шуванов И.Б. Теоретические основы психологии безопасного поведения в экстремальных ситуациях [Электронный ресурс] : учебное пособие для студентов по направлению 030300 «Психология» / И.Б. Шуванов, В.И. Шаповалов. — Саратов: Вузовское образование, 2017. — 188 с. — Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/58322.html>

Сетевые ресурсы:

Электронно-библиотечная система IPRbooks. URL: <http://www.iprbookshop.ru/>
Электронно-библиотечная система Айбукс. URL: <http://ibooks.ru/>
Электронно-библиотечная система Издательства Лань. URL: <https://e.lanbook.com/>
Федеральный портал «Российское образование». URL: <http://www.edu.ru>
Российский общеобразовательный портал. URL: <http://www.school.edu.ru>
Электронная библиотека статей по образованию. URL: <http://www.libnet.ru/education/lib/>
Национальный психологический журнал. URL: <http://npsyj.ru>

8. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Аудитории факультетов
2. Компьютер (ноутбук).
3. Телевизор.
4. Мультимедиапроектор.
5. Презентации к лекциям и практическим занятиям.
6. Пакет офисных программ: Office Standard 2016 Russian OLP NL Academic Edition.