

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Родин Олег Федорович
Должность: И.о. директора
Дата подписания: 2025.02.10
Уникальный программный ключ:
2246bb4b5eca53e35a45d6a91259e790782354e7

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

Факультет психолого-педагогического образования
Кафедра педагогики и психологии

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
Б1.О.07.10 «ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ»**

Направление подготовки	44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки)
Профиль подготовки	Безопасность жизнедеятельности и Физическая культура
Автор	С. А. Лысуенко, к. психол. н.

Одобрена на заседании кафедры педагогики и психологии. Протокол от 10 февраля 2025 г. № 7.

Рекомендована к использованию в образовательной деятельности методической комиссией факультета психолого-педагогического образования. Протокол от 20 февраля 2025 г. № 3.

Нижний Тагил
2025

1. ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Цель: ознакомление студентов с понятием психологической безопасности, источниками психологических угроз и путями выработки психологической устойчивости; формирование представлений о социально-психологических основах безопасности и социально-психологических аспектах безопасного поведения личности.

Задачи:

1. овладеть основными понятиями курса «Психологическая безопасность» и знаниями по оказанию психологической помощи пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях;
2. изучить различные виды психологических угроз и сформировать навыки определения потенциальных источников психологической угрозы;
3. сформировать навыки по распознаванию кризисных психологических состояний у детей, подростков и взрослых;
4. сформировать необходимые умения по оказанию психологической помощи людям в различных экстремальных ситуациях;
5. овладеть способами снятия эмоциональной напряженности, повышения психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах;
6. сформировать навыки безопасного поведения.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Дисциплина «Психологическая безопасность» является частью учебного плана по направлению подготовки 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки), профили «Безопасность жизнедеятельности и Физическая культура». Дисциплина реализуется на факультете спорта и безопасности жизнедеятельности. Дисциплина входит в предметно-методический модуль и относится к обязательной части.

Содержание курса «Психологическая безопасность» строится с опорой на знания, получаемые студентами в процессе изучения следующих дисциплин:

1. Психология;
2. Педагогика;
3. Возрастная анатомия, физиология и культура здоровья.

Курс тесно связан с другими дисциплинами, для которых его освоение необходимо как предшествующее:

1. Культура здоровья и безопасности;
2. Безопасный отдых и туризм;
3. Правовая система безопасности жизнедеятельности;
4. Психология воспитательных практик.

3. РЕЗУЛЬТАТЫ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Дисциплина направлена на формирование и развитие следующих компетенций:

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
УК-8. Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Оценивает факторы риска, умеет обеспечивать личную безопасность и безопасность окружающих в повседневной жизни и в профессиональной деятельности.	Знает основные теоретические аспекты учебной дисциплины Умеет создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности, в том числе при возникновении опасных и чрезвычайных ситуаций, а также в условиях военных конфликтов Владеет - современными способами по предотвращению возникновения опасных ситуаций, создания и поддержания безопасных условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций.
	УК-8.2. Знает и может применять методы защиты в чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов, формирует культуру безопасного и ответственного поведения.	Знает алгоритм действий для обеспечения личной, коллективной, общественной безопасности в зависимости от вида чрезвычайных и опасных ситуаций, аварий и катастроф; Умеет своевременно использовать средства индивидуальной и коллективной защиты при действии опасных и вредных факторов, в опасных и чрезвычайных ситуациях и в условиях военных конфликтов Владеет методами поддержания гражданской обороны и условий по минимизации последствий от чрезвычайных ситуаций
ПК-1 – Способен осваивать и использовать теоретические знания и практические умения и навыки в предметной области при решении профессиональных задач	ПК-1.1. Знает структуру, состав и дидактические единицы предметной области (преподаваемого предмета).	Знает структуру, состав и дидактические единицы спортивной метрологии. Умеет применять знания о спортивной метрологии. Владеет умением оперировать знаниями спортивной метрологии.
	ПК-1.2. Умеет осуществлять отбор отбора учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО.	Знает принципы отбора учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО. Умеет осуществлять отбор отбора учебного содержания для его реализации в различных формах обучения в соответствии с требованиями ФГОС ОО. Владеет умением осуществлять отбор отбора учебного содержания для его реализации в различных формах обучения

Код и наименование универсальной компетенции	Код и наименование индикатора достижения универсальной компетенции	Дескрипторы
		в соответствии с требованиями ФГОС ОО.
	ПК-1.3. Демонстрирует умение разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.	Знает различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные. Умеет разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные. Владеет умением разрабатывать различные формы учебных занятий, применять методы, приемы и технологии обучения, в том числе информационные.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Объем дисциплины и виды контактной и самостоятельной работы

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зач. е (108 ч.),
семестры изучения – 4, распределение по видам нагрузки представлено в таблице.

Вид работы	Форма обучения
	очная
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	108
Контактная работа , в том числе:	42
Лекции	20
Практические занятия	22
Самостоятельная работа	66
Подготовка к зачету в 4 семестре	9

4.2. Учебно-тематический план

Наименование разделов и тем дисциплины	Всего часов	Контактная работа		Самост. работа	Оценочные средства для текущего контроля	Оценочные средства для промежуточной аттестации
		Лекции	Практич. занятия			
1. Психологическая безопасность как специальный предмет исследования	14	2	4	8	Тест-опрос Устный и письменный ответ	Итоговый тест Вопросы к зачету
2. Психологические характеристики человека, их значение для безопасного	16	4	4	8		

поведения						
3. Психологические особенности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях разного типа	14	4	2	8	Фронтальный опрос Практические задания	
4. Психологическая помощь пострадавшим	14	4	2	8		
5. Проблема суицида в современном обществе	12	2	2	8	Тест-опрос Устный и письменный ответ	
6. Психологическая безопасность образовательной среды школы и ее психолого-педагогическое сопровождение	14	2	4	8	Фронтальный опрос Практические задания	
7. Основы педагогического сопровождения социализации и профессионального самоопределения обучающихся на разных ступенях образования	12	2	4	6	Тест-опрос Устный и письменный ответ	
Подготовка к зачету	9			9		
Всего по дисциплине	108	20	22	66		

Типовые задания для текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине, критерии и шкалы оценивания, а также методические рекомендации для обучающихся представлены в приложении к рабочей программе дисциплины.

4.3. Содержание дисциплины

Тема 1. Психологическая безопасность как специальный предмет исследования.

Концептуальный подход в понимании системы безопасности. Социально-психологическое измерение безопасности. Методы изучения и обеспечения социально-психологических аспектов безопасности. Проблема психологической безопасности в современном мире. Понятие «безопасности личности» (по Л.А. Михайлову). Факторы безопасности: человеческий фактор, фактор среды, фактор защищенности. Психологическая безопасность и среда. Массовые психологические явления. Паника. Толпа. Правила сохранения психологической безопасности человека, попавшего в толпу. Микросоциальная среда.

Семья и семейное воспитание. Виды неправильного воспитания. Роль групп в формировании психологической безопасности личности (реальная формальная группа и референтная группа). Социальные и физические средства защиты. Психологические средства защиты. Межличностная психологическая защита. Внутриличностная психологическая защита. Защитные механизмы психики. Психологическая безопасность образовательной среды. Методы обеспечения психологической безопасности субъектов образовательного

процесса в образовательной среде учебного заведения. Методы диагностики психологической безопасности образовательной среды школы.

Тема 2. Психологические характеристики человека, их значение для безопасного поведения.

Проблема психологической устойчивости в обеспечении безопасности жизнедеятельности. Психологические феномены как потенциальный источник психологической опасности. Типологии личности. Экстroversированность и интroversированность. Проблема фрустрации. Психогенные реакции. Депрессивные состояния. Тревожно-фобические состояния. Эмоциональная лабильность. Дисфорические состояния. Пограничные состояния. Качества личности, обеспечивающие психологическую защищенность. Эмоционально-волевая устойчивость, как один из показателей психологической подготовленности человека к экстремальным ситуациям.

Основные пути выработки психологической устойчивости:

- наработка стереотипов поведения в сложных условиях;
- умение реально оценивать степень риска при неожиданном возникновении опасности;
- способность противостоять психологическому воздействию со стороны окружающей среды;
- умение вести психологическое взаимодействие с лицами, оказавшимися в критической ситуации;
- умение контролировать нестандартные психологические ситуации.

Тема 3. Психологические особенности поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях разного типа.

Характеристика опасных и чрезвычайных ситуаций. Экстремальные ситуации как острое стрессовое расстройство и предвестник кризиса в жизни человека. Психология экстремальных ситуаций. 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. Проблема состояния, поведения и деятельности людей в экстремальных ситуациях. Результаты исследования людей, подвергшихся воздействию экстремальных факторов во время войсковых, антитеррористических операций и катастроф. Психологические состояния, определяющие особенности поведения в опасной ситуации. Понятия утомления, усталости, стресса, дистресса, посттравматического стрессового расстройства. Психогении при остро возникших жизнеопасных ситуациях. Профилактика психогений в экстремальных ситуациях

Склонность к рискованному поведению. Агрессия как поведение. Агрессия и намерение. Агрессия как причинение ущерба или нанесение оскорбления. Фрустрации и агрессия. Месть как защита. Пол – объект агрессии. Раса – объект агрессии. Личность и агрессия. Насильники – абсолютно не контролируемые и чрезмерно контролируемые себя агрессоры. Гендер и агрессия. Жара, шум, теснота и загрязнение среды как внешние посылы к агрессии. Сексуальная агрессия. Влияние порнографии на агрессию. Агрессии, связанные со спортивными событиями. Превентивные меры и управление агрессией.

Тема 4. Психологическая помощь пострадавшим.

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

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.

Тема 5. Проблема суицида в современном обществе.

Суицид как психологический кризис. Общее представление о суициде, суицидальной попытке и суицидальном поведении. Издержки семейного воспитания и социальной среды как провоцирующие факторы, формирующие личность склонную к суициду. Причины суицида среди подростков. Распознавание признаков суицидальной опасности у подростков. Способы предотвращения суицида среди детей и подростков. Психологическая помощь подростку в преодолении кризисных ситуаций. Интернет-игры, представляющие угрозу жизни детей и подростков. «Группы смерти».

Тема 6. Психологическая безопасность образовательной среды школы и ее психолого-педагогическое сопровождение.

Понятия «педагогическая безопасность» и «психологическая безопасность» образовательной среды. Модель психологической безопасности образовательной среды по И.А. Баевой. Понятия буллинга, моббинга, троллинга. Школьный буллинг, его причины и виды. Методы обеспечения психологической безопасности субъектов образовательного процесса в образовательной среде учебного заведения. Методы диагностики психологической безопасности образовательной среды школы. Критерии и показатели психологической безопасности образовательной среды по И.А. Баевой. Экспертиза школьной образовательной среды по В.А. Ясвину.

Тема 7. Основы педагогического сопровождения социализации и профессионального самоопределения обучающихся на разных ступенях образования.

Понятия «социализация обучающихся», «профессиональное самоопределение», «педагогическое сопровождение», «профориентация». Педагогическое сопровождение обучающихся в процессе их социализации на разных ступенях образования. Особенности педагогического сопровождения обучающихся в контексте различных педагогических подходов. Сущность, цели и задачи, этапы и принципы, педагогические тактики (поддержка, защита, помощь) и функции педагогического сопровождения обучающихся в процессе их социализации.

Концепция организационно-педагогического сопровождения профессионального самоопределения обучающихся в условиях непрерывного образования, ее основные идеи. Система работы школы по обеспечению профессионального самоопределения обучающихся. Условия формирования компетенций профессионального самоопределения школьников. Психолого-педагогическое сопровождение профессионального самоопределения обучающихся среднего и старшего школьного возраста. Профессиональная проба как способ самоопределения в выборе профессии. Организация сотрудничества в сфере профориентации с предприятиями, вузами, образовательными учреждениями среднего профессионального образования.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Перечень основной и дополнительной литературы

Основная литература:

1. Гридяева, Л. Н. Психологическая безопасность образовательной среды : учебное пособие / Л. Н. Гридяева, В. Р. Петросянц. — Воронеж : ВГПУ, 2022. — 132 с. — ISBN 978-5-00044-878-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/253358> (дата обращения: 17.10.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Психологическая безопасность : учебно-методическое пособие / составитель С. Ю. Махов. — Орел : МАБИБ, 2020. — 170 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176396> (дата обращения: 17.10.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
3. Романова, Н. Р. Актуальные проблемы психологии безопасности : учебное пособие / Н. Р. Романова. — Иваново : ИГЭУ, 2020. — 104 с. — ISBN 978-5-00062-443-2. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/183940> (дата обращения: 17.10.2023). — Режим доступа: для авториз. Пользователей.

Дополнительная литература

1. Информационно-психологическая безопасность : учебно-методическое пособие / составитель С. Ю. Махов. — Орел : МАБИБ, 2020. — 135 с. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/176395> (дата обращения: 17.10.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.
2. Несмелова, Н. Н. Психологические аспекты безопасности : учебное пособие / Н. Н. Несмелова. — Москва : ТУСУР, 2019. — 123 с. — ISBN 978-5-86889-855-6. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/313643> (дата обращения: 17.10.2023). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

Интернет-ресурсы

1. Научное периодическое издание по проблемам экстремальной психологии и психологии безопасности. Экстремальная психология и безопасность личности. Режим доступа: <https://psyjournals.ru/journals/epps> (Дата доступа 09.02.2025 г.)
2. Портал МЧС России. Экстренная психологическая помощь. Режим доступа: <https://psi.mchs.gov.ru/> (Дата доступа 09.02.2025 г.)
3. Комплексное управление уязвимостями. Режим доступа: <https://cisoclub.ru/12-obrazovatelnyh-resursov-dlya-izucheniya-osnov-bezopasnosti-seti/> (Дата доступа 09.02.2025 г.)

5.2. Электронные образовательные ресурсы, в т. ч. профессиональные базы данных и информационные справочные системы

https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/	Электронно-библиотечные системы НТГСПИ
https://www.ntspi.ru/library/directories_and_files/web_res/systems/libraris/	Электронные базы данных НТГСПИ
https://www.ntspi.ru/library/periodika/	Периодика НТГСПИ

https://iprmedia.ru	ЭБС «Ай Пи Эр Медиа»
https://ibooks.ru	ЭБС «Айбукс»
https://urait.ru	ЭБС Юрайт
http://e.lanbook.com	ЭБС издательства «ЛАНЬ»
http://elibrary.ru	Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU
http://www.consultant.ru	«КонсультантПлюс»
http://cyberleninka.ru	НЭБ «КиберЛенинка»
https://polpred.ru	ООО «Полпред-Справочники» (база данных)
https://eivis.ru	ООО «ИВИС»
www.delpress.ru	«Деловая пресса»

5.3. Комплект программного обеспечения

1. Среда электронного обучения «Русский Moodle» (<https://do.ntspi.ru>).
2. Интернет-платформа онлайн-курсов со свободным кодом «Open edX» (<https://www.edx.org/>).
3. Интернет-платформа онлайн-курсов «Открытое образование» (<https://openedu.ru/>).
4. Электронная информационно-образовательная среда РГПУ (<https://eios.rsvpu.ru/>).
5. Платформа для организации и проведения вебинаров «Mirapolis Virtual Room».
6. Microsoft Office.
7. Kaspersky Endpoint Security.
8. Adobe Reader.
9. Free PDF Creator.
10. 7-zip (<http://www.7-zip.org/>).
11. LibreOffice.
12. Браузеры Firefox, Яндекс.Браузер.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Помещения

Помещения для проведения занятий лекционного типа, практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, самостоятельной работы укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации. Помещения для самостоятельной работы оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

6.2. Оборудование и технические средства обучения

6.2.1. Оборудование, в т. ч. специализированное

Стационарный компьютер или ноутбук, проектор для показа слайдов и видео, акустические колонки.

6.2.2. Технические средства обучения

Презентации лекций, видео-презентации, видео-лекции, учебные кинофильмы, аудиозаписи, онлайн-платформы.

6.2.3. Учебные и наглядные пособия

Печатные и электронные учебные пособия и наглядный материал: графические изображения, схемы, таблицы, раздаточный материал.