

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»**

**Антрацитовский институт геосистем и технологий
Кафедра инженерии и общеобразовательных дисциплин**

УТВЕРЖДАЮ
Протокол
Антрацитовского института
технологий
доц. Крохмалёва Е.Г.
04 2023 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

По дисциплине	Психология экстремальных ситуаций
Направление подготовки	20.03.01 Техносферная безопасность
Профиль	Промышленная и пожарная безопасность

Антрацит 2023

Лист согласования РПУД

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность. – 10 с.

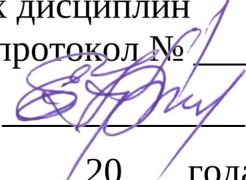
Рабочая программа учебной дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «25» мая 2020 года № 680, зарегистрированным в Министерстве юстиции Российской Федерации «06» июля 2020 года за № 58837, учебного плана по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность (профиль «Промышленная и пожарная безопасность») и Положения о рабочей программе учебной дисциплины в ФГБОУ ВО «ЛГУ им. В. Даля».

СОСТАВИТЕЛЬ:

к.пед.н., доцент кафедры инженерии и общеобразовательных дисциплин
Туник Е.Ю

Рабочая программа учебной дисциплины утверждена на заседании кафедры инженерии и общеобразовательных дисциплин

«14» 04 20 23 года, протокол № 9

Заведующий кафедрой  доц. Крохмалёва Е.Г.

Переутверждена: «___» _____ 20___ года, протокол № _____

Рекомендована на заседании учебно-методической комиссии Антрацитовского института геосистем и технологий

«21» 04 20 23 года, протокол № 8

Председатель учебно-методической комиссии института  доц. Савченко И.В.

Структура и содержание дисциплины

1. Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе.

Цели дисциплины:

формирование фундамента психологических знаний в контексте экстремальных ситуаций, освоение студентами теоретических знаний и практических навыков в области поведения человека в экстремальных и чрезвычайных ситуациях, необходимых для успешной профессиональной деятельности.

Задачи дисциплины:

ознакомить с общими представлениями о психологии экстремальных ситуаций и состояний;

изучить особенности эмоциональных состояний в экстремальных ситуациях;

сформировать общие представления об оказании экстренной психологической помощи жертвам экстремальных ситуаций, профилактических мероприятиях.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП ВО.

Дисциплина «Психология экстремальных ситуаций» относится к части дисциплин, формируемой участниками образовательных отношений.

Освоение дисциплины осуществляется по очной и заочной форме обучения в седьмом семестре.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин «Введение в специальность», «Экологические катастрофы и кризисы», «Социология», «Политология» и служит основой для изучения дисциплины «Организация и ведение аварийно-спасательных работ», «Безопасность в чрезвычайных ситуациях», «Специальная спасательная подготовка».

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины.

Студенты, завершившие изучение дисциплины «Психология экстремальных ситуаций», должны:

знать:

ключевые понятия и концептуальные модели психологии экстремальных ситуаций; особенности динамики психического состояния и поведения 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;

уметь:

характеризовать сущность, основные проблемы, принципы и ценности психологии экстремальных ситуаций; оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику;

владеть навыками:

разрешения конфликтных ситуаций; адекватной самооценкой и знанием толерантной оценки поведения других людей; способностью к адаптации и рефлексии над проблемами жизни и смерти человека; устойчивой ориентацией в будущей практической деятельности, руководствуясь принципами и нормами современной психологии экстремальных ситуаций.

Перечисленные результаты образования являются основой для формирования следующих компетенций:

универсальные:

УК-9 – способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах

4. Структура и содержание дисциплины.**4.1 Объем учебной дисциплины и виды учебной работы**

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)		
	Очная форма	Очно-заочная форма	Заочная форма
Объем учебной дисциплины (всего)	72 (2 зач. ед.)		72 (2 зач. ед.)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка дисциплины (всего)	28		8
в том числе:			
Лекции	14		4
Практические (семинарские) занятия	14		4
Лабораторные работы	-		-
Курсовая работа (курсовой проект)	-		-
Другие формы и методы организации образовательного процесса	-		-
Самостоятельная работа студента (всего)	44		64
Итоговая аттестация	зачет		зачет

4.2. Содержание разделов дисциплины**Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций**

Катастрофа, экстремальная ситуация, чрезвычайная ситуация, кризис: определение, классификация, соотношение понятий. Понятия чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации. Виды и критерии чрезвычайных ситуаций. Экстремальная ситуация, факторы определяющие экстремальность ситуации. Кризисная ситуация и кризис. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации.

Тема 2. Нормальный стресс

Стресс: история изучения, определение, кривая развития стрессовой ситуации. Понятие о стрессоустойчивости. Природа возникновения стресса. Физиологические и психологические проявления

Понятие психологического стресса. Психические стрессоры. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса. Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.

Тема 3. Влияние стресса на жизнь человека

Позитивное влияние стресса на жизнь человека. Негативное влияние стресса. Влияние стресса на организм человека (сердечно-сосудистая система, иммунная система, пищеварительная система, мускулатура, кожа, половая система).

Тема 4. Экстренная психологическая помощь

Организация психологической помощи на месте ЧС. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс. Помощь при страхе. Помощь при тревоге. Помощь при плаче. Помощь при истерике. Помощь при апатии. Помощь при чувстве вины или стыда. Помощь при гневe, злости, агрессии. Помощь при нервной дрожи. Помощь при двигательном возбуждении. Самопомощь при острых реакциях на стресс.

Отсроченные реакции на травматический стресс.

Тема 5. Хронический стресс специалиста и профессиональное здоровье

Профессиональное здоровье специалистов. Профессиональное развитие. Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.

4.3. Лекции.

№ п/п	Название темы	Объем часов		
		Очная форма	Очно- заочная форма	Заочная форма
1	Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций	2		0,5
2	Тема 2. Нормальный стресс	2		0,5
3	Тема 3. Влияние стресса на жизнь человека	2		1
4	Тема 4. Экстренная психологическая помощь	4		1
5	Тема 5. Хронический стресс специалиста и профессиональное здоровье	4		1
Итого:		14		4

4.4. Практические (семинарские) занятия.

№ п/п	Название темы	Объем часов		
		Очная форма	Очно- заочная форма	Заочная форма
1	Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций	2		0,5
2	Тема 2. Нормальный стресс	2		0,5
3	Тема 3. Влияние стресса на жизнь человека	2		1
4	Тема 4. Экстренная психологическая помощь	4		1
5	Тема 5. Хронический стресс специалиста и профессиональное здоровье	4		1
Итого:		14		4

4.5. Лабораторные работы.

Лабораторные работы программой не предусматриваются.

4.6. Самостоятельная работа студентов.

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов		
			Очная форма	Очно- заочная форма	Заочная форма
1	Введение в психологию экстремальных ситуаций	изучение лекционного материала; подготовка к опросу.	8		12
2	Нормальный стресс	изучение лекционного материала; подготовка к опросу.	8		12
3	Влияние стресса на жизнь человека	изучение лекционного материала; подготовка к опросу.	8		12
4	Экстренная психологическая помощь	изучение лекционного материала; подготовка к опросу.	10		16
5	Хронический стресс специалиста и профессиональное здоровье	изучение лекционного материала; подготовка к опросу; выполнение контрольной работы.	10		12
Итого:			44		64

4.7. Курсовые работы/проекты.

Курсовые работы/проекты программой не предусматриваются.

5. Образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

традиционные объяснительно-иллюстративные технологии, которые

обеспечивают доступность учебного материала для большинства студентов, системность, отработанность организационных форм и привычных методов, относительно малые затраты времени;

технологии проблемного обучения, направленные на развитие познавательной активности, творческой самостоятельности студентов и предполагающие последовательное и целенаправленное выдвижение перед студентом познавательных задач, разрешение которых позволяет студентам активно усваивать знания (используются поисковые методы; постановка познавательных задач);

технологии развивающего обучения, позволяющие ориентировать учебный процесс на потенциальные возможности студентов, их реализацию и развитие;

технологии концентрированного обучения, суть которых состоит в создании максимально близкой к естественным психологическим особенностям человеческого восприятия структуры учебного процесса и которые дают возможность глубокого и системного изучения содержания учебных дисциплин за счет объединения занятий в тематические блоки;

технологии модульного обучения, дающие возможность обеспечения гибкости процесса обучения, адаптации его к индивидуальным потребностям и особенностям обучающихся (применяются, как правило, при самостоятельном обучении студентов по индивидуальному учебному плану);

технологии дифференцированного обучения, обеспечивающие возможность создания оптимальных условий для развития интересов и способностей студентов, в том числе и студентов с особыми образовательными потребностями, что позволяет реализовать в культурно-образовательном пространстве университета идею создания равных возможностей для получения образования

технологии активного (контекстного) обучения, с помощью которых осуществляется моделирование предметного, проблемного и социального содержания будущей профессиональной деятельности студентов (используются активные и интерактивные методы обучения) и т.д.

Максимальная эффективность педагогического процесса достигается путем конструирования оптимального комплекса педагогических технологий и (или) их элементов на личностно-ориентированной, деятельностной, диалогической основе и использования необходимых современных средств обучения.

6. Формы контроля освоения дисциплины

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы лектором и преподавателем ведущим практические занятия по дисциплине в следующих формах:

опрос лекционного материала;

выполнение контрольной работы (заочная форма).

Фонды оценочных средств, включающие типовые задания, контрольные работы, тесты и методы контроля, позволяющие оценить результаты текущей и промежуточной аттестации обучающихся по данной дисциплине, помещаются в приложении к рабочей программе в соответствии с «Положением о фонде оценочных средств».

Итоговый контроль по результатам освоения дисциплины проходит в форме устного зачета (в шестом семестре), который включает в себя ответ на два теоретических вопроса. Студенты, выполнившие 75% текущих и контрольных мероприятий на «отлично», а остальные 25 % на «хорошо», имеют право на получение итоговой отличной оценки.

В экзаменационную ведомость и зачетную книжку выставляются оценки по шкале, приведенной в таблице.

Характеристика знания предмета и ответов	Зачёты
Студент глубоко и в полном объеме владеет программным материалом. Грамотно, исчерпывающе и логично его излагает в устной или письменной форме. При этом знает рекомендованную литературу, проявляет творческий подход в ответах на вопросы и правильно обосновывает принятые решения, хорошо владеет умениями и навыками при выполнении практических задач.	зачтено
Студент знает программный материал, грамотно и по сути излагает его в устной или письменной форме, допуская незначительные неточности в утверждениях, трактовках, определениях и категориях или незначительное количество ошибок. При этом владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических задач.	
Студент знает только основной программный материал, допускает неточности, недостаточно четкие формулировки, непоследовательность в ответах, излагаемых в устной или письменной форме. При этом недостаточно владеет умениями и навыками при выполнении практических задач. Допускает до 30% ошибок в излагаемых ответах.	
Студент не знает значительной части программного материала. При этом допускает принципиальные ошибки в доказательствах, в трактовке понятий и категорий, проявляет низкую культуру знаний, не владеет основными умениями и навыками при выполнении практических задач. Студент отказывается от ответов на дополнительные вопросы.	не зачтено

7. Учебно-методическое и программно-информационное обеспечение дисциплины:

а) основная литература:

1. Каменская Е. Н. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации [Электронный ресурс]: учебное пособие / Каменская Е.Н. - Ростов н/Д : Изд-во ЮФУ, 2017. Режим доступа: <http://www.medcollelib.ru/book/ISBN9785927525843.html>

2. Китаев-Смык, Л. А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса / Китаев-Смык Л. А. - Москва : Академический Проект, 2020. - 943 с. (Технологии психологии) - ISBN 978-5-8291-2733-6. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL: <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785829127336.html> (дата обращения: 20.01.2021).

3. Корнеева, Я. А. Психология экстремальных профессий /Корнеева Я. А. - Архангельск : ИД САФУ, 2015. - 276 с. - ISBN 978-5-261-01034-0. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785261010340.html> (дата обращения: 20.01.2021).

4. Старшенбаум, Г. В. Суицидология и кризисная психотерапия /

Старшенбаум Г. В. - Москва : Когито-Центр, 2005. - 376 с. (Клиническая психология) - ISBN 5-89353-132-9. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN5893531329.html> (дата обращения: 20.01.2021).

5. Тарабрина, Н. В. Психология посттравматического стресса : Теория и практика / Тарабрина Н. В. - Москва : Институт психологии РАН, 2009. - 304 с. - ISBN 978-5-9270-0143-9. - Текст : электронный // ЭБС "Консультант студента" : [сайт]. - URL : <https://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785927001439.html> (дата обращения: 20.01.2021).

б) дополнительная литература:

6. Антипов В.В. Психологическая адаптация к экстремальным ситуациям / В.В. Антипов. – М.: Владос-ПРЕСС, 2004. – 176 с.

7. Бойко В.В. Синдром «эмоционального выгорания» в профессиональном общении [Текст] / В.В. Бойко. – СПб.: Питер, 2005. – 105 с.

8. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях [Текст] / И.Г. Малкина-Пых. – М.: Эксмо, 2005. – 960 с.

9. Малкина-Пых И.Г. Экстремальные ситуации. (Справочник практического психолога). – М.: Эксмо, 2005. – 960 с.

10. Психология экстремальных ситуаций [Текст] / Под ред. В.В. Рубцова, С.Б. Малых. – 2-е изд., стер. – М.: Психологический ин-т РАО, 2008. – 304 с.

11. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных [Текст] / Под общ. ред. Ю.С. Шойгу – М.: Смысл, 2007. – 319 с.

12. Сидоров П.И. Психология катастроф: учеб. пособ. Для студ вузов [Текст] / П.И. Сидоров, П.И.Мосягин, С.В. Маруняк; под ред П.И. Сидорова. – М.: Аспект-Пресс, 2008. – 414 с.

в) интернет-ресурсы:

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации – <http://минобрнауки.рф/>

Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки – <http://obrnadzor.gov.ru/>

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – <http://fgosvo.ru>

Федеральный портал «Российское образование» – <http://www.edu.ru/>

Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» – <http://window.edu.ru/>

Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов – <http://fcior.edu.ru/>

Электронные библиотечные системы и ресурсы

Электронно-библиотечная система «StudMed.ru» – <https://www.studmed.ru>

Другие открытые источники

Информационный ресурс библиотеки образовательной организации

Научная библиотека имени А. Н. Коняева – <http://biblio.dahluniver.ru/>

8. Материально – техническое обеспечение дисциплины

Освоение дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» осуществляется в академической аудитории, соответствующей действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Помещение укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения (учебными плакатами, стендами, макетами и другими наборами демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий), служащими для представления учебной информации.

Обучающиеся в течение всего периода обучения обеспечены индивидуальным неограниченным доступом к электронно-библиотечным системам, к электронной информационно-образовательной среде организации и к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

Рабочее место преподавателя, оснащено информационным, компьютерным и телекоммуникационным оборудованием и оргтехникой.

Программное обеспечение:

Функциональное назначение	Бесплатное программное обеспечение	Ссылки
Офисный пакет	Libre Office 6.3.1	https://www.libreoffice.org/ https://ru.wikipedia.org/wiki/LibreOffice
Операционная система	UBUNTU 19.04	https://ubuntu.com/ https://ru.wikipedia.org/wiki/Ubuntu
Браузер	Firefox Mozilla	http://www.mozilla.org/ru/firefox/fx
Браузер	Opera	http://www.opera.com
Почтовый клиент	Mozilla Thunderbird	http://www.mozilla.org/ru/thunderbird
Файл-менеджер	Far Manager	http://www.farmanager.com/download.php
Архиватор	7Zip	http://www.7-zip.org/
Графический редактор	GIMP (GNU Image Manipulation Program)	http://www.gimp.org/ http://gimp.ru/viewpage.php?page_id=8 http://ru.wikipedia.org/wiki/GIMP
Редактор PDF	PDFCreator	http://www.pdfforge.org/pdfcreator
Аудиоплеер	VLC	http://www.videolan.org/vlc/