

**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ЛУГАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
ИМЕНИ ВЛАДИМИРА ДАЛЯ»**

**Институт гражданской защиты
Кафедра аварийно-спасательных работ**



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

«Психология экстремальных ситуаций»

по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность

специализация «Пожарная безопасность»

Луганск 2023

Лист согласования РПУД

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность – с.

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» составлена на основе федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от «25» мая 2020 года № 679, зарегистрированным в Министерстве юстиции Российской Федерации «06» июля 2020 года за № 58838, учебного плана по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность, (специализация «Пожарная безопасность») и Положения о рабочей программе учебной дисциплины в ФГБОУ ВО «ЛГУ им. В. Даля».

СОСТАВИТЕЛЬ:

д.т.н., проф., проф. Губачева Л.А.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры аварийно-спасательных работ «18» 04 2023 года, протокол № 14

Заведующий кафедрой  Д.В. Михайлов

Переутверждена: « » 20 г., протокол №

Согласована:

Заведующий выпускающей кафедрой  А.В. Красногрудов

Рекомендована на заседании учебно-методической комиссии института гражданской защиты «10» 04 2023 г., протокол № 13.

Председатель учебно-методической
комиссии института

 Д.В. Михайлов

Структура и содержание дисциплины

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

Цель изучения дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» – приобретение студентами теоретических знаний в области психологии кризисных и психотравмирующих ситуаций, осмысление студентами их личностной и профессиональной позиции по отношению к помогающей деятельности в сфере преодоления кризисов, получение опыта применения психотехнических приемов, обеспечивающих эффективную психологическую помощь и самопомощь пострадавшим.

Дисциплина формирует у студентов ответственность за свои решения, помогает адаптироваться к новым ситуациям, оценивать накопленный опыт, анализировать свои возможности.

Задачи:

сформировать этически адекватную позицию по отношению к контакту с людьми, пережившими экстремальную ситуацию;

создать представление об обеспечении психологической безопасности в обществе, профессиональной, семейной, а также личностной сферах.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «Психология экстремальных ситуаций» относится к базовой части общенаучного (гуманитарного, социального и экономического) блока дисциплин подготовки студентов по специальности 20.05.01 Пожарная безопасность.

Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются: знания способов действия в нестандартных ситуациях для сохранения здоровья, а также виды ответственности за принятые решения, умения действовать в нестандартных ситуациях, навыки коммуникации и оценки эффективности мероприятий по сохранению здоровья.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплины «Первоначальная подготовка спасателей» и служит основой для освоения дисциплин «Газодымозащитная служба», «Организация службы и подготовки» и «Пожарная тактика».

3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижений компетенции (по реализуемой дисциплине)	Перечень планируемых результатов
УК-4 Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК-4.1. Использует информационно-коммуникационные технологии при поиске необходимой информации в процессе решения	Знать: технологии деловой коммуникации. Уметь: решать стандартные коммуникативные задачи на государственном и иностранном языках. Владеть: способностью

	стандартных коммуникативных задач на государственном и иностранном языках.	осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке.
УК-6 Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течение всей жизни.	УК-6.1. Использует инструменты и методы управления временем при выполнении конкретных задач, проектов при достижении поставленных целей.	Знать: принципы и технологии самоорганизации, саморазвития и здоровьесбережения; Уметь: использовать инструменты и методы управления своим временем для самообразования личности с целью развития деятельности при выполнении конкретных задач по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций и требований рынка труда. Владеть: навыками решения задач саморазвития, профессионального роста и распределения их на долго-, средне- и краткосрочные.
УК-9 Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах.	УК-9.1. Планирует и осуществляет профессиональную деятельность с лицами, имеющими инвалидность или ограниченные возможности здоровья.	Знать: базовые дефектологические основы взаимодействия с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья в социальной и профессиональной сферах. Уметь: планировать, взаимодействовать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами, имеющими социально-психологические особенности. Владеть: методами и принципами планирования, взаимодействия с лицами, имеющими инвалидность или ограниченные возможности здоровья.
ОПК-10. Способен	ОПК-10.1. Разбирается в	Знать: правовые акты по

проводить обучение по вопросам пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды в образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность.	формах и методах подготовки в области пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды.	организации подготовки в области пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды. Уметь: выбирать формы и методы подготовки специалистов в области пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды. Владеть: приёмами и методами проведения обучения в области пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды
---	--	--

4. Структура и содержание дисциплины

4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов	
	Очная форма	Заочная форма
Общая учебная нагрузка (всего)	144 (4 зач. ед.)	144 (4 зач. ед.)
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего) в том числе:	68	8
Лекции	34	4
Семинарские занятия	-	-
Практические занятия	34	4
Лабораторные работы	-	-
Курсовая работа (курсовой проект)	-	-
Другие формы и методы организации образовательного процесса (<i>расчетно-графические работы, групповые дискуссии, ролевые игры, тренинг, компьютерные симуляции, интерактивные лекции, семинары, анализ деловых ситуаций и т.п.</i>)	-	-
Самостоятельная работа студента (всего)	76	136
Форма аттестация	зачет	зачет

4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Понятие психологии

Понятие психологии, предмет психологии, процессы деятельности, мотивы и типы поведения. Индивидуально-психологические особенности личности, закономерности их изменения и развития. Явления и факты сознания, психика и связанные с ней психические явления. История развития психологии как науки, различные взгляды на её развитие, структура

психологии, её отрасли, общая психология, разделение отраслей психологии по принципам. Понятие метода. Методы психологического исследования.

Тема 2. Различные подходы к понятию нормы в психологии

Статистически-адаптационный, культурологический, экзистенциальный, описательный и другие подходы к проблеме нормы психического развития. Границы действия нормы. Норма и проблемные ситуации различной степени сложности. Идеальная норма как возможный источник психотравмирования.

Тема 3. Психическое здоровье.

Психическое здоровье как многоуровневое качество жизнедеятельности, характеризующееся адекватностью психического развития, реагирования, ориентирования в чрезвычайной ситуации. Духовный, индивидуально-психологический, психосоматический, биоэнергетический уровни психического здоровья. Проблема целостности психического здоровья человека.

Тема 4. Психическая и психологическая стрессоустойчивость.

Психическая устойчивость как подготовленность к профессиональной деятельности. Трудная ситуация, задачи различного класса сложности и устойчивости специалиста. Приемы и способы формирования, поддержания и восстановления психической устойчивости личности.

Тема 5. Психологические особенности экстремальной ситуации.

Понятие экстремальная ситуация. Классификация экстремальных ситуаций. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальных ситуаций.

Тема 6. Профессиограмма профессии сотрудника ГПС.

Характеристики профессии. Психограмма (психологические требования, предъявляемые к спасателям). ПВК, профессиональная пригодность, составляющие профессионального здоровья спасателя. Темперамент как одно из важных психических свойств личности спасателя. Сферы проявления, концепции темперамента (сангвиник, холерик, флегматик, меланхолик), их отражение на профессиональной деятельности спасателя.

Тема 7. Спасение людей - смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии.

Психологическая составляющая профессиональной деятельности спасателя. Психологические факторы, влияющие на личность и деятельность спасателя в ЧС.

Тема 8. Психологические свойства личности спасателя.

Профессиональное становление спасателя, роль морального фактора, примеры мужества и героизма спасателей при ликвидации ЧС, возрастание значения профессии «спасатель». Психологические свойства личности спасателя, проблема направленности личности и различные точки зрения на нее. Структура направленности личности спасателя (потребности, мотивы,

цели, установка, перспективы). Виды направления (зрелость, широта, интенсивность, устойчивость, действенность) личности спасателей.

Тема 9. Профессионально-психологические особенности действий спасателей в экстремальных условиях.

Факторы, оказывающие травмирующее воздействие на психику человека: масштаб события, скорость его развития, опасность для жизни, потеря близких, утрата материальных ценностей, резкое ухудшение жизненного уровня, наличие жертв, дефицит информации, потеря управления. Факторы профессиональной деятельности, травмирующие психику специалиста МЧС. Индивидуальные различия людей в характере реакций на ЧС (сохранение самообладания, изменение психического состояния, патологические нарушения психической деятельности). Индивидуальные и коллективные формы панических реакций в ЧС. Условия их возникновения, методы предупреждения и пресечения. Противодействие слухам.

Тема 10. Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС.

Понятие этики, этических норм как одного из правил обращения спасателя к людям. Принципы и правила биоэтики - отношение к пациенту как к личности. Этические особенности оказания экстренной медицинской помощи. Религиозные ограничения на объем и способ оказания медицинской помощи. Риски для здоровья спасателей при выезде на чрезвычайные ситуации.

Тема 11. Профессиональный стресс.

Причины профессионального стресса. Механизмы развития профессионального стресса. Факторы, способствующие возникновению, усугублению и накоплению профессионального стресса. Копинг-механизмы. виды: поведенческие, когнитивные, эмоциональные копинги. адаптивные, неадаптивные. Виды психологических защит. Последствия профессионального стресса. Система профилактики профессионального стресса в системе МЧС.

Тема 12. Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации.

Понятие психотерапии. Внушение и самовнушение как форма психотерапевтического воздействия на организм спасателей. Методы психотерапевтического воздействия: внушение в состоянии гипнотического сна; аутогенные тренировки; активная и пассивная мышечная релаксация. Методы психотерапии как способов управления эмоциями, действиями в экстремальных условиях, снятие эмоционального напряжения, восстановления психического здоровья спасателей.

Тема 13. Элементы психологии управления.

Конфликт. Типология конфликтов и уровни их проявления. Причины конфликтов. Структура конфликтов. Конфликт в коллективе. Стратегия разрешения. Особенности конфликтов в ЧС.

4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Понятие психологии.	2	0,5
2	Различные подходы к понятию нормы в психологии.	2	-
3	Психическое здоровье.	2	-
4	Психическая и психологическая стрессоустойчивость.	2	0,5
5	Психологические особенности экстремальной ситуации.	2	-
6	Профессиограмма профессии сотрудника ГПС.	4	0,5
7	Спасение людей - смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии.	2	0,5
8	Психологические свойства личности спасателя.	2	0,5
9	Профессионально-психологические особенности действий спасателей в экстремальных условиях.	2	0,5
10	Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС.	2	0,5
11	Профессиональный стресс.	4	0,5
12	Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации.	4	-
13	Элементы психологии управления.	4	-
Итого:		34	4

4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Заочная форма
1	Понятие психологии.	2	0,5
2	Различные подходы к понятию нормы в психологии.	2	-
3	Психическое здоровье.	2	-
4	Психическая и психологическая стрессоустойчивость.	2	0,5
5	Психологические особенности экстремальной ситуации.	2	-
6	Профессиограмма профессии сотрудника ГПС.	4	0,5
7	Спасение людей - смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии	2	0,5
8	Психологические свойства личности спасателя.	2	0,5
9	Профессионально-психологические особенности действий спасателей в экстремальных условиях.	2	0,5

10	Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС	2	0,5
11	Профессиональный стресс.	4	0,5
12	Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации	4	-
13	Элементы психологии управления	4	-
Итого:		34	4

4.5. Лабораторные работы по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций» не предполагаются учебным планом

4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Виды СРС	Объем часов	
			Очная форма	Заочная форма
1	Понятие психологии.	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	5	10
2	Различные подходы к понятию нормы в психологии.		5	10
3	Психическое здоровье.	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	6	10
4	Психическая и психологическая стрессоустойчивость.		6	10
5	Психологические особенности экстремальной ситуации.	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	6	10
6	Профессиограмма профессии сотрудника ГПС		6	10
7	Спасение людей – смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии.	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	6	10
8	Психологические свойства личности спасателя.	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	6	10
9	Профессионально-психологические особенности действий спасателей в экстремальных условиях.		6	10
10	Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	6	10
11	Профессиональный стресс.		6	12
12	Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	6	12

13	Элементы психологии управления	Подготовка к практическим занятиям. Подготовка к текущему и промежуточному контролю знаний и умений.	6	12
Итого			76	136

4.7. Курсовые работы/проекты по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций» не предполагаются учебным планом

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, ведущими лабораторные работы и практические занятия по дисциплине в следующих формах:

- доклады, сообщения;
- тестирование;
- контрольные работы;
- зачёт.

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

а) основная литература:

1. Психология деятельности в экстремальных условиях./ [Учебное пособие. Под редакцией А. Н. Блеера] – М., Изд. Центр «Академия», 2008.

2. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных/ Гуренкова Т.Н., Елисеева И.Н., Кузнецова Т.Ю., Макарова О.Л., Матафонова Т.Ю., Павлова М.В., Шойгу Ю.С.; под общей ред. Ю.С.Шойгу.-М.: Академия, 2009. – 320 с.

3. Щербатых Ю. В. Психология стресса. – М.: Издательство ЭКСМО-Пресс (Серия «Психология общения»), 2008.

б) дополнительная литература:

1. Сергиенко Е.А., Крюкова Т.Л., Доценко О.Н., Екимчик О.А., ред. Журавлев А.Л., Сергиенко Е.А. Стресс, выгорание, совладание в современном контексте, 2011. <http://iprbookshop.ru/15651>

2. В. Шейнов Управление конфликтами. Теория и практика. – Харвест, 2010.

3. Психология стресса и методы коррекции. – СПб.: Питер, 2008. – 256с.

4. Основы психологической самопомощи: учебное пособие по дисциплине «Психология и педагогика» по специальности 28010465 «Пожарная безопасность»: [гриф МЧС] / Л.В. Куликов [и др.]; ред. В.С. Артамонов – СПб.: СПб УГПС МЧС России, 2011. – 156 с.

в) методические указания

1. Методические указания к практическим занятиям по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций» (для студентов всех направлений) / Сост. Л.А. Губачева, Е.Ю. Кобылинская – Луганск: изд-во ЛНУ им. В. Даля, 2023. – 16 с.

2. Методические указания к выполнению контрольной работы по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций» (для студентов всех направлений) / Сост. Л.А. Губачева – Луганск: изд-во ЛНУ им. В. Даля, 2023. – 17 с.

г) интернет-ресурсы:

1. Министерство образования и науки Российской Федерации – <http://минобрнауки.рф/>
2. Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки – <http://obrnadzor.gov.ru/>
3. Министерство образования и науки Луганской Народной Республики – <https://minobr.su>
4. Народный совет Луганской Народной Республики – <https://nslnr.su>
5. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – <http://fgosvo.ru>
6. Федеральный портал «Российское образование» – <http://www.edu.ru/>
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» – <http://window.edu.ru/>
8. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов – <http://fcior.edu.ru/>

Электронные библиотечные системы и ресурсы

Электронно-библиотечная система «Консультант студента» – <http://www.studentlibrary.ru/cgi-bin/mb4x>

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

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» предполагает использование академических аудиторий, соответствующих действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам. Прочее: рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

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/

9. Оценочные средства по дисциплине

Паспорт оценочных средств по учебной дисциплине «Психология экстремальных ситуаций»

Перечень компетенций (элементов компетенций), формируемых в результате освоения учебной дисциплины.

№ п/п	Код контролируемой компетенции	Формулировка контролируемой компетенции	Индикаторы достижений компетенции (по реализуемой дисциплине)	Контролируемые темы учебной дисциплины, практики	Этапы формирования (семестр изучения)
1	УК-4	Способен осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном(ых) языке(ах)	УК-4.1	Тема 1. Понятие психологии Тема 2. Различные подходы к понятию нормы в психологии Тема 3. Психическое здоровье Тема 4. Психическая и психологическая стрессоустойчивость. Тема 5. Психологические особенности экстремальной ситуации Тема 8. Психологические свойства личности спасателя. Тема 10. Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС. Тема 11. Профессиональный стресс Тема 12. Методы управления психическим состоянием	4

				спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации.	
2.	УК-6	Способен управлять своим временем, выстраивать и реализовывать траекторию саморазвития на основе принципов образования в течении всей жизни	УК-6.1	Тема 1.Понятие психологии Тема 8.Психологические свойства личности спасателя. Тема 11. Профессиональный стресс Тема 12.Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Тема 13. Элементы психологии управления.	4
3.	УК-9	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1	Тема 1.Понятие психологии Тема 6.Профессиограмма профессии сотрудника ГПС Тема 7. Спасение людей – смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии. Тема 8.Психологические свойства личности спасателя. Тема 9. Профессионально-психологические особенности действий спасателей в экстремальных условиях. Тема 10. Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС Тема 11. Профессиональный стресс Тема 12.Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Тема 13. Элементы психологии управления	4
4.	ОПК-10	Способен проводить обучение по вопросам пожарной безопасности, жизнедеятельности и защиты окружающей среды в	ОПК-10.1	Тема 6.Профессиограмма профессии сотрудника ГПС Тема 7. Спасение людей – смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии. Тема 8.Психологические свойства личности спасателя. Тема 9. Профессионально-психологические особенности действий спасателей в	4

		образовательных организациях, осуществляющих образовательную деятельность;		экстремальных условиях. Тема 10. Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС Тема 11. Профессиональный стресс Тема 12. Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Тема 13. Элементы психологии управления	
--	--	--	--	--	--

Показатели и критерии оценивания компетенций, описание шкал оценивания

№ п/п	Код контролируемой компетенции	Индикаторы достижений компетенции (по реализуемой дисциплине)	Перечень планируемых результатов)	Контролируемые темы учебной дисциплины, практики	Наименование оценочного средства
1	УК-4	УК-4.1	Знать: технологии деловой коммуникации. Уметь: решать стандартные коммуникативные задачи на государственном и иностранном языках. Владеть: способностью осуществлять деловую коммуникацию в устной и письменной формах на государственном языке Российской Федерации и иностранном языке.	Тема 1. Понятие психологии Тема 2. Различные подходы к понятию нормы в психологии Тема 3. Психическое здоровье Тема 4. Психическая и психологическая стрессоустойчивость. Тема 5. Психологические особенности экстремальной ситуации Тема 8. Психологические свойства личности спасателя. Тема 10. Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС. Тема 11. Профессиональный стресс Тема 12. Методы управления психическим состоянием	Вопросы для обсуждения (в виде докладов и сообщений), тесты, контрольные работы

				спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации.	
2.	УК-6	УК-6.1	Знать: принципы и технологии самоорганизации, саморазвития и здоровьесбережения; Уметь: использовать инструменты и методы управления своим временем для самообразования личности с целью развития деятельности при выполнении конкретных задач по защите населения и территорий от чрезвычайных ситуаций и требований рынка труда. Владеть: навыками решения задач саморазвития, профессионального роста и распределения их на долго-, средне- и краткосрочные.	Тема 1. Понятие психологии Тема 8. Психологические свойства личности спасателя. Тема 11. Профессиональный стресс Тема 12. Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Тема 13. Элементы психологии управления.	Вопросы для обсуждения (в виде докладов и сообщений), тесты, контрольные работы
3.	УК-9	УК-9.1	Знать: базовые дефектологические основы взаимодействия с лицами, имеющими ограниченные возможности здоровья в социальной и профессиональной сферах. Уметь: планировать, взаимодействовать и осуществлять профессиональную деятельность с лицами, имеющими социально-психологические особенности. Владеть: методами и принципами планирования,	Тема 1. Понятие психологии Тема 6. Профессиограмма профессии сотрудника ГПС Тема 7. Спасение людей – смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии. Тема 8. Психологические свойства личности спасателя. Тема 9. Профессионально-психологические особенности действий спасателей в экстремальных условиях. Тема 10. Психологические особенности оказания помощи.	Вопросы для обсуждения (в виде докладов и сообщений), тесты, контрольные работы

			взаимодействия с лицами, имеющими инвалидность или ограниченные возможности здоровья. .	населению в условиях ЧС Тема 11. Профессиональный стресс. Тема 12. Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Тема 13. Элементы психологии управления	
4.	ПК-10	ПК-10.1	Знать: правовые акты по организации подготовки в области пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды. Уметь: выбирать формы и методы подготовки специалистов в области пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды. Владеть: приёмами и методами проведения обучения в области пожарной безопасности, безопасности жизнедеятельности и защиты окружающей среды.	Тема 6. Профессиограмма профессии сотрудника ГПС Тема 7. Спасение людей – смыслообразующая основа жизни спасателя, доминирующий мотив профессии. Тема 8. Психологические свойства личности спасателя. Тема 9. Профессионально-психологические особенности действий спасателей в экстремальных условиях. Тема 10. Психологические особенности оказания помощи населению в условиях ЧС Тема 11. Профессиональный стресс Тема 12. Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Тема 13. Элементы психологии управления.	Вопросы для обсуждения (в виде докладов и сообщений), тесты, контрольные работы

**Фонды оценочных средств по дисциплине
«Психология экстремальных ситуаций»**

Вопросы для обсуждения (в виде докладов и сообщений):

1. Экстремальные условия и экстремальные состояния: различие в понятиях.
2. Особенности развития личности в экстремальных условиях. Виды экстремальных состояний личности.
3. Философский смысл войны в представлениях Гомера.
4. Психология жестокости в Средневековье.
5. Идеи гуманизма как протест против войн в эпоху Возрождения.
6. Проблема боевого стресса в психологии.
7. Возможные причины виктимизации в современных условиях развития нашей страны.
8. Психологическая безопасность личности: компоненты, уровни, особенности.
9. Игровая роль жертвы в экстремальных условиях: адаптация или деградация.
10. Социальная роль жертвы в экстремальных условиях: адаптация, прогресс или регресс.
11. Роль защитных механизмов и копингов в борьбе с последствиями травматизации личности.
12. Принципы и правила оказания экстренной психологической помощи.
13. Психотерапевтический метод в работе с пострадавшими в экстремальных ситуациях.
14. Техники самопомощи при острых реакциях на экстремальные ситуации.

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству доклад, сообщение

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Доклад (сообщение) представлен(о) на высоком уровне (студент в полном объеме осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, владеет профильным понятийным (категориальным) аппаратом и т.п.)
4	Доклад (сообщение) представлен(о) на среднем уровне (студент в целом осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, допустив некоторые неточности и т.п.)
3	Доклад (сообщение) представлен(о) на низком уровне (студент допустил существенные неточности, изложил материал с ошибками, не владеет в достаточной степени профильным категориальным аппаратом и т.п.)
2	Доклад (сообщение) представлен(о) на неудовлетворительном уровне или не представлен (студент не готов, не выполнил задание и т.п.)

Вопросы к контрольным работам:

1. Что является предметом и объектом психологии экстремальных и критических ситуаций?
2. Охарактеризуйте методические подходы к определению ситуаций: экстремальной; критической; чрезвычайной.
3. Какие существуют уровни репрезентации при анализе ситуации?
4. Назовите субъективные и объективные факторы угроз в экстремальной и критической ситуациях.
5. Определите основания современных классификаций экстремальных и критических ситуаций.
6. Как различаются понятия “предрасположенность”, “готовность” и “способность” к риску?
7. Как взаимосвязаны понятия “индивид”, “личность”, “человек”, “индивидуальность”, “субъект”?
8. Назовите основные детерминанты психологических пространств.
9. Чем отличаются режимы функционирования сознания: рефлексия, сознание, переживание, бессознательное, поток, дерефлексия?
10. Дайте характеристику категории “переживание” как деятельности по преодолению критической ситуации.
11. Назовите закономерности соотношения рангов ситуации и рангов процессов переживания в типологии критических ситуаций.
12. Какие основные характеристики при анализе сознания и поведения субъекта определяются в типологии жизненных миров?
13. Какие процессы характерны для энергетической, пространственной, временной, генетической, информационно-когнитивной парадигм переживания.
14. Назовите основные переходные психические процессы.
15. Какие вы знаете основные принципы и методы психологической экспертизы?
16. Почему системный подход является базовым при анализе деятельности субъекта в экстремальных и критических ситуациях?
17. Назовите четыре плана анализа деятельности субъекта в экстремальных и критических ситуациях.
18. Определите основные свойства “полилога”.
19. Какие вы знаете эффекты влияния факторов процесса принятия решения на трансформацию альтернативных ситуаций в экстремальные и критические?
20. Назовите различия в генезисе субъективных и объективных факторов опасности ситуаций.
21. Как возникает трансформация нормативных ситуаций в экстремальные и критические?

22. Каково влияние вероятности возникновения факторов опасности на оценку трудности и сложности ситуации субъектом?
23. Какие вы знаете модели человеческого фактора?
24. В чем необходимость введения в экстремальную психологию понятия "экосоциотехническая система"?
25. С какой целью выстраивается проблемное предметное поле при реконструкции происшествий и инцидентов в профессиональной деятельности субъекта?
26. В чём проявляется разница в формировании, развитии и преодолении экстремальных и критических ситуаций?
27. Почему культура безопасности субъекта является основой активной профилактики происшествий и инцидентов в ЭСТС?
28. Назовите основные характеристики превентивного поведения субъекта в экстремальных и критических ситуациях.
29. Какие вы можете назвать особенности активной профилактики в ЭСТС?
30. В чём сущность концепции управления безопасностью в ЭСТС?

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству контрольная работа

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Контрольная работа выполнена на высоком уровне (правильные ответы даны на 90-100% вопросов/задач)
4	Контрольная работа выполнена на среднем уровне (правильные ответы даны на 75-89% вопросов/задач)
3	Контрольная работа выполнена на низком уровне (правильные ответы даны на 50-74% вопросов/задач)
2	Контрольная работа выполнена на неудовлетворительном уровне (правильные ответы даны менее чем на 50%)

Тесты:

1. Назовите основной подход в определении детерминант поведения человека в экстремальной ситуации:
 - а) адаптационный;
 - б) персонологический;
 - в) личностно-ситуационный;
 - г) биологический.
2. Начало представлений о психологии повседневной жизни заложил:
 - а) Э. Эриксон;
 - б) З. Фрейд;
 - в) Ф.Е. Василюк;
 - г) С.Л. Рубинштейн.
3. Назовите отличительный признак обыденной жизненной ситуации:
 - а) периодичность;

- б) стагнация;
 - в) реорганизация;
 - г) типизация.
4. Ситуация обыденной жизни, объективно нарушающая жизнедеятельность человека, которую он не может преодолеть самостоятельно:
- а) экстремальная;
 - б) трудная;
 - в) обыденная;
 - г) чрезвычайная.
5. Тип критической ситуации по Ф.Е. Василюку, возникающий вследствие неудовлетворенности основных жизненных потребностей:
- а) стресс;
 - б) кризис;
 - в) конфликт;
 - г) фрустрация.
6. Чрезвычайная ситуация это:
- а) внезапно возникающее исключительное событие в жизни общества, приводящее к гибели и травматизации большого количества людей, источник угрозы которого обезличен;
 - б) ситуация, приводящая к нарастанию нервно-психического напряжения вследствие невозможности ее самостоятельного преодоления, источником травматизации которой выступает другой человек;
 - в) ситуация, резко изменяющая образ жизни человека, вызывающая необходимость в выработке новых взглядов на жизнь и ценностно-смысловых ориентаций;
 - г) ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности, выработанных в предыдущие периоды жизни.
7. Особая форма деятельности, направленная на восстановление душевного равновесия, утраченной осмысленности существования (Ф.Е. Василюк):
- а) преодоление;
 - б) приспособление;
 - в) переживание;
 - г) внушение.
8. О каком понятии идет речь: «Система объективных и субъективных элементов, объединяющихся в жизнедеятельности субъекта в определенный временной период»:
- а) адаптация;
 - б) ситуация;
 - в) реорганизация;
 - г) стадия.

9. Психическое состояние по Ф.Е. Василюку, помогающее преодолеть кризис:
- а) напряжение;
 - б) переживание;
 - в) тревожность;
 - г) усталость.
10. Особенности личности, влияющие на восприятие ситуации как трудной жизненной по К. Роджерсу и В.Н. Мясищеву:
- а) пол;
 - б) мировоззрение;
 - в) принятие себя и других, доверие себе;
 - г) локус контроля.
11. Форма психогении, вызываемая хронической травмой:
- а) реактивная депрессия;
 - б) аффективно-шоковый психоз;
 - в) невроз;
 - г) реактивный параноид.
12. Фаза развития адаптационного синдрома, заключающаяся в наступлении дистресса и ухудшении деятельности:
- а) фаза сопротивления;
 - б) фаза тревоги;
 - в) фаза истощения;
 - г) фаза раздражения.
13. Форма невроза, проявляющаяся в лабильности эмоций, неустойчивости настроения, повышении тревоги, расстройствах сна, разнообразных нарушениях вегетативной нервной системы:
- а) неврастения;
 - б) истерия;
 - в) невроз навязчивых состояний;
 - г) ипохондрический невроз.
14. Условная граница параметров внешней среды, в том числе и социальной, за которыми адекватная адаптация невозможна:
- а) дезадаптация;
 - б) адаптационный барьер;
 - в) адаптационный синдром;
 - г) адаптационный потенциал.
15. Экстремальная ситуация это:
- а) внезапно возникающее исключительное событие в жизни общества, приводящее к гибели и травматизации большого количества людей, источник угрозы которого обезличен;
 - б) ситуация, приводящая к нарастанию нервно-психического напряжения вследствие невозможности ее самостоятельного преодоления, источником травматизации которой выступает другой человек;

в) ситуация, резко изменяющая образ жизни человека, вызывающая необходимость в выработке новых взглядов на жизнь и ценностно-смысловых ориентаций;

г) ситуация, в которой в результате внешних воздействий или внутренних изменений происходит нарушение адаптации человека к жизни, в результате чего он не в состоянии удовлетворять свои основные жизненные потребности посредством моделей и способов деятельности, выработанных в предыдущие периоды жизни.

16. Основной прием дебрифинга:

- а) переструктурирование;
- б) внушение;
- в) убеждение;
- г) беседа.

17. Использование воли человека в ситуации, которая предполагает сконцентрированность и контроль над собой, это:

- а) психологическая защита;
- б) совладание;
- в) переживание;
- г) фрустрация.

18. Цель кризисной терапии:

- а) восстановление у клиента лучшего уровня адаптации;
- б) установление контакта с клиентом;
- в) побуждение клиента к высказыванию мыслей и чувств;
- г) снятие напряжения.

19. Перечислите активную форму совладания со стрессом:

- а) преодоление;
- б) приспособление;
- в) переживание;
- г) адаптация.

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству тесты

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Тесты выполнены на высоком уровне (правильные ответы даны на 90-100% тестов)
4	Тесты выполнены на среднем уровне (правильные ответы даны на 75-89% тестов)
3	Тесты выполнены на низком уровне (правильные ответы даны на 50-74% тестов)
2	Тесты выполнены на неудовлетворительном уровне (правильные ответы даны менее чем на 50% тестов)

Промежуточная аттестация (зачет)

Вопросы к зачету

1. Предмет и объект психологии экстремальных и критических ситуаций.
2. Классификация экстремальных и критических ситуаций.
3. Психологические пространства в экстремальной психологии.
4. Критериальные основания типологии критических ситуаций.
5. Режимы функционирования сознания в экстремальных и критических ситуациях.
6. Динамический круг критических ситуаций при работе психотерапевта.
7. Психотехники преодоления критических ситуаций.
8. Эффекты влияния факторов процесса принятия решения на трансформацию штатных и нештатных ситуаций в экстремальные и критические.
9. Субъективные и объективные факторы опасности при формировании и развитии экстремальных и критических ситуаций.
10. Психологическая экспертиза экстремальных и критических ситуаций.
11. Рефлексивная культура как основа преодоления критических ситуаций.
12. Концепция управления безопасностью в экосоциотехнических системах.
13. Психологические особенности стресса.
14. Управление стрессом.
15. Креативный подход при преодолении критических ситуаций.
16. Психология доверия в экстремальных и критических ситуациях.
17. Роль саморегуляции и релаксации в успешном преодолении критических ситуаций.
18. Развитие рефлексивной культуры профессионала- основание успешной профессиональной деятельности.
19. Психологические особенности возникновения и преодоления депрессии.
20. Рефлексивная культура лиц опасных профессий.
21. Классификация экстремальных и критических ситуаций.
22. Типология критических ситуаций
23. Субъективные и объективные факторы опасности ситуаций.
24. Динамика развития субъективных и объективных факторов опасности в ситуациях. Трансформация нормативных ситуаций в экстремальные и критические.
25. Психологическая экспертиза в критических ситуациях (принципы, основные методы).
26. Уровни психологического анализа деятельности при психологической экспертизе.
27. Полилог как универсальный метод рефлексивного анализа при реконструкции экстремальных и критических ситуаций.
28. Свойства полилога и его применение в различных функциональных задачах экспертизы экстремальных и критических ситуаций.

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству «зачет»

Характеристика знания предмета и ответов	Зачеты
Студент глубоко и в полном объёме 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 чёткие 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

Лист изменений и дополнений

[illegible]