

МИНОБРНАУКИ РОССИИ



Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования

**«Российский государственный гуманитарный университет»
(ФГБОУ ВО «РГГУ»)**

ИНСТИТУТ ПСИХОЛОГИИ ИМЕНИ Л.С. ВЫГОТСКОГО
Кафедра нейро и патодиагностики

**Б1.Б.18.01 ПСИХОЛОГИЯ ПОВЕДЕНИЯ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ И
ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ**

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Специальность 37.05.02 «Психология служебной деятельности»

Специализация: Морально-психологическое обеспечение служебной деятельности

Уровень квалификации выпускника: специалист

Форма обучения
очная, очно-заочная

РПД адаптирована для лиц
с ограниченными возможностями
здоровья и инвалидов

Москва 2020

«Психология поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях»

Рабочая программа дисциплины

Составитель:

Кандидат психологических наук, доцент

А.М. Жуков.

УТВЕРЖДЕНО

Протокол заседания кафедры Нейро и патодиагностики

№ 16 от 22.06.2017 г.

ОГЛАВЛЕНИЕ

1. Пояснительная записка

1.1 Цель и задачи дисциплины

1.2. Формируемые компетенции, соотнесённые с планируемыми результатами обучения по дисциплине

1.3. Место дисциплины в структуре образовательной программы

2. Структура дисциплины

3. Содержание дисциплины

4. Образовательные технологии

5. Оценка планируемых результатов обучения

5.1. Система оценивания

5.2. Критерии выставления оценок

5.3. Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Список источников и литературы

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

8. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов

9. Методические материалы

9.1. Планы практических (семинарских, лабораторных) занятий

9.2. Методические рекомендации по подготовке письменных работ

Приложения

Приложение 1. Аннотация дисциплины

Приложение 2. Лист изменений

1. Пояснительная записка

1.1. Цель и задачи дисциплины

Цель дисциплины «Психология поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях» - формирование знаний и освоение навыков в области оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях и состояниях, основных результатах теоретических и эмпирических исследований данной проблемы.

Задачи:

- ознакомить студентов с базовыми понятиями экстремальной психологии;
- раскрыть диагностические критерии различных экстремальных состояний;
- показать основные направления развития и динамику экстремальных состояний;
- дать представление о методах и основных принципах оказания психологической помощи людям, находящимся в экстремальной ситуации.

1.2 Формируемые компетенции, соотнесённые с планируемыми результатами обучения по дисциплине:

Коды компетенции	Содержание компетенций	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине
ОК-6	способностью проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;	<p>знать:</p> <p>основные подходы к определению кризисных ситуаций и состояний, их классификации;</p> <p>основные принципы работы психолога и оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях;</p> <p>уметь:</p> <p>применять знания, теоретические модели и методы, разработанные в отдельных отраслях психологии, для решения научных и практических задач в области оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях;</p> <p>рассматривать современные проблемы психологии экстремальных ситуаций и состояний в историко-психологическом и методологическом контексте;</p> <p>владеть:</p> <p>понятийным аппаратом основных концепций в области психологии экстремальных ситуаций и состояний.</p>
ПК- 1	способностью осуществлять психологическое обеспечение служебной деятельности личного состава в экстремальных условиях	<p>знать:</p> <p>основные подходы к определению кризисных ситуаций и состояний, их классификации;</p> <p>основные принципы работы психолога и оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях;</p> <p>уметь:</p> <p>применять знания, теоретические модели и методы, разработанные в отдельных отраслях психологии, для решения научных и практических задач в области оказания</p>

		<p>психологической помощи в экстремальных ситуациях;</p> <p>рассматривать современные проблемы психологии экстремальных ситуаций и состояний в историко-психологическом и методологическом контексте;</p> <p>владеть:</p> <p>понятийным аппаратом основных концепций в области психологии экстремальных ситуаций и состояний.</p>
ПК-13	<p>способностью применять методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и служащих, участвовавших в экстремальной деятельности</p>	<p>знать:</p> <p>основные подходы к определению кризисных ситуаций и состояний, их классификации;</p> <p>основные принципы работы психолога и оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях;</p> <p>уметь:</p> <p>применять знания, теоретические модели и методы, разработанные в отдельных отраслях психологии, для решения научных и практических задач в области оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях;</p> <p>рассматривать современные проблемы психологии экстремальных ситуаций и состояний в историко-психологическом и методологическом контексте;</p> <p>владеть:</p> <p>понятийным аппаратом основных концепций в области психологии экстремальных ситуаций и состояний.</p>

1.3 Место дисциплины в структуре основной образовательной программы

Дисциплина «Психология поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях» является частью базового блока дисциплин учебного плана по направлению подготовки (специальности) 37.05.02 Психология служебной деятельности.

Для освоения дисциплины необходимы компетенции, сформированные в ходе изучения следующих дисциплин и прохождения практик: «Психология личности», «Психология развития и возрастная психология», «Дифференциальная психология», «Патопсихология», «Психофизиология», «Социология», «Культурология», «Социальная психология».

В результате освоения дисциплины формируются компетенции, необходимые для изучения следующих дисциплин и прохождения практик: «Превентивная психология», «Психология межгрупповой адаптации», «Психология зависимого поведения», «Психология качества жизни», «Синдром эмоционального выгорания в служебной деятельности», «Психология безопасности»

2. Структура дисциплины для очной формы обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з. е., 108 ч., в том числе контактная работа обучающихся с преподавателем 42 ч., самостоятельная работа обучающихся 48 ч.

№ п/ п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости Форма промежуточн ой аттестации
				Лекци и	Семин ары	Практи чески е заняти я	КС Р экза мены	СРС	
1	Представление об экстремальных ситуациях.	10		4		2	-	9	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
2	Особенности работы в экстремальных ситуациях и состояниях.	10		4		4	-	9	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
3	Психологические последствия трудных и экстремальных ситуаций.	10		4		4		10	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
4	Сущность и виды психологической поддержки.	10		4		4	-	10	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
5	Методы оказания	10		4		4	-	10	Лекция с разбором

	экстренной психологической помощи.								конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
	Экзамен	10					18	48	
	Итого			20		22	18	48	

2. Структура дисциплины для очно-заочной формы обучения

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з. е., 108 ч., в том числе контактная работа обучающихся с преподавателем 16 ч., самостоятельная работа обучающихся 66 ч.

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)					Формы текущего контроля успеваемости Форма промежуточной аттестации
				Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	КСР экзамены	СРС	
1	Представление об экстремальных ситуациях.	11					-	10	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
2	Особенности работы в экстремальных ситуациях и состояниях.	11		2		2	-	14	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
3	Психологические последствия трудных и экстремальных ситуаций.	11		4		2		14	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы

4	Сущность и виды психологической поддержки.	11		4		2	-	14	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
5	Методы оказания экстренной психологической помощи.	11		2		6	-	14	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
	Экзамен	11					18	66	
	Итого			12		12	18	66	

3. Содержание дисциплины

№	Наименование раздела дисциплины	Содержание
1	Представление об экстремальных ситуациях.	Классификации экстремальных ситуаций. Феноменология чрезвычайной ситуации: динамика психических состояний и поведения человека. Психические изменения при экстремальных состояниях. Общий адаптационный синдром как целостная реакция организма на экстремальные воздействия. Индивидуальные способы и формы реагирования на стресс. Адаптационные стратегии человека в экстремальной ситуации.
2.	Особенности работы в экстремальных ситуациях и состояниях.	Характеристика деятельности в условиях ЧС. Экстремальные факторы условий деятельности. Переносимость экстремальных и чрезвычайных ситуаций. Психогенные факторы, обусловленные характером деятельности. Изменения в поведении и функциональном состоянии в чрезвычайных ситуациях. Экстремальные состояния человека. Адекватная форма реакции. Реакция тревоги, ее виды. Динамика экстремальных состояний. Специфические виды экстремальных состояний. Готовность к деятельности в чрезвычайных ситуациях. Методы определения адаптационных возможностей человека. Толерантность к

		психологическому стрессу. Подходы к пониманию эмоциональной устойчивости.
3.	Психологические последствия трудных и экстремальных ситуаций.	<p>Психопрофилактика неблагоприятных психофизиологических состояний. Методы психорегуляции при избыточном нервно-психическом напряжении.</p> <p>Психогигиена специалистов, работающих в экстремальных ситуациях и с экстремальными состояниями.</p>
4.	Сущность и виды психологической поддержки.	<p>Три аспекта психологической поддержки в соответствии с источником негативных субъективных переживаний.</p> <p>Общая схема процесса психологической поддержки. Факторы формирования состояний в процессе психологической поддержки. Способы реализации звуковых воздействий: подсказки, внушение, убеждение, разъяснение и др. Способы реализации визуальных воздействий: письменные указания, демонстрация с помощью слайдов и др. Системы подготовки принятия решений (СППР).</p> <p>Поддержка в принятии решений человеком в экстремальных условиях.</p> <p>Взаимодействие специалистов в чрезвычайных ситуациях. Уровень сформированности групп, роль лидера и особенности их деятельности в чрезвычайных ситуациях. Роль психолога, его деятельность при подготовке и в условиях чрезвычайных ситуаций. Психогигиена и психопрофилактика стресса.</p> <p>Психологическая подготовка и тренировка. Методы профилактики и разрешения конфликтов в чрезвычайных условиях. Техники снятия эмоционального напряжения. Оказание психологической поддержки и помощи пострадавшим и их родственникам в условиях чрезвычайных ситуаций.</p>
5.	Методы оказания экстренной психологической помощи.	<p>Необходимость специальной профессиональной подготовки психолога по оказанию экстренной психологической помощи в условиях ЧС. Владение и адекватное применение краткосрочных приемов. Нейролингвистическое программирование, телесно-ориентированная терапия, арттерапия, краткосрочная позитивная терапия, релаксационные методы и методы саморегуляции, суггестивные техники, рациональная психотерапия и др. Методы психологической диагностики, используемые при оказании экстренной психологической помощи. Кризисное психологическое консультирование. Профилактики и</p>

		коррекции стресса при проведении индивидуальных и групповых тренингов управления стрессом. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов.
--	--	--

4. Информационные и образовательные технологии

В ходе преподавания дисциплины используются как традиционные, так и активные и интерактивные формы проведения занятий:

- лекции;
- лабораторные работы в форме дискуссий, коллоквиумов;
- практические занятия в форме моделирования ситуаций практической работы.

№ п/п	Наименование раздела	Виды учебной работы	Информационные и образовательные технологии
1	2	3	5
1	Представление об экстремальных ситуациях.	Лекция 1-2. Семинарское занятие 1 Семинарское занятие 2	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
2.	Особенности работы в экстремальных ситуациях и состояниях.	Лекция 3-4. Семинарское занятие 3 Семинарское занятие 4	Лекция с разбором конкретных ситуаций Дискуссия Моделирование ситуаций практической работы
3.	Психологические последствия трудных и экстремальных ситуаций.	Лекция 5-6. Семинарское занятие 5 Семинарское занятие 6	Проблемная лекция Коллоквиум Моделирование ситуаций практической работы
4.	Сущность и виды психологической поддержки.	Лекция 7-8. Семинарское занятие 7 Семинарское занятие 8	Лекция с разбором конкретных ситуаций Коллоквиум Моделирование ситуаций практической работы
5.	Методы оказания экстренной психологической помощи.	Лекция 9-10 Семинарское занятие 9 Семинарское занятие 10 Семинарское занятие 11	

5. Оценка планируемых результатов обучения

5.1 Система оценивания

Форма контроля	Макс. количество баллов	
	За одну работу	Всего
Текущий контроль:		
- опрос	5 баллов	15 баллов
- участие в дискуссии на семинаре	5 баллов	15 баллов
- участие в работе круглого стола	5 баллов	10 баллов
- колоквиум	10 баллов	10 баллов
- контрольная работа (темы 1-5)	10 баллов	10 баллов
Промежуточная аттестация	Зачёт	40 баллов
Итого за семестр		100 баллов

Полученный совокупный результат конвертируется в традиционную шкалу оценок и в шкалу оценок Европейской системы переноса и накопления кредитов (European Credit Transfer System; далее – ECTS) в соответствии с таблицей:

100-балльная шкала	Традиционная шкала		Шкала ECTS
95 – 100	отлично	зачтено	A
83 – 94			B
68 – 82	хорошо		C
56 – 67	удовлетворительно		D
50 – 55			E
20 – 49	неудовлетворительно	не зачтено	FX
0 – 19			F

5.2. Критерии выставления оценки по дисциплине

Баллы/ Шкала ECTS	Оценка по дисциплине	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
100-83/ A,B	«отлично»/ «зачтено (отлично)»/ «зачтено»	<p>Выставляется обучающемуся, если он глубоко и прочно усвоил теоретический и практический материал, может продемонстрировать это на занятиях и в ходе промежуточной аттестации.</p> <p>Обучающийся исчерпывающе и логически стройно излагает учебный материал, умеет увязывать теорию с практикой, справляется с решением задач профессиональной направленности высокого уровня сложности, правильно обосновывает принятые решения.</p> <p>Свободно ориентируется в учебной и профессиональной литературе.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляется обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p>

Баллы/ Шкала ECTS	Оценка по дисциплине	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
		Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне – «высокий».
82-68/ С	«хорошо»/ «зачтено (хорошо)»/ «зачтено»	<p>Выставляется обучающемуся, если он знает теоретический и практический материал, грамотно и по существу излагает его на занятиях и в ходе промежуточной аттестации, не допуская существенных неточностей.</p> <p>Обучающийся правильно применяет теоретические положения при решении практических задач профессиональной направленности разного уровня сложности, владеет необходимыми для этого навыками и приёмами.</p> <p>Достаточно хорошо ориентируется в учебной и профессиональной литературе.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляются обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p> <p>Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне – «хороший».</p>
67-50/ D,E	«удовлетворительно»/ «зачтено (удовлетворительно)»/ «зачтено»	<p>Выставляется обучающемуся, если он знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает отдельные ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации.</p> <p>Обучающийся испытывает определённые затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, владеет необходимыми для этого базовыми навыками и приёмами.</p> <p>Демонстрирует достаточный уровень знания учебной литературы по дисциплине.</p> <p>Оценка по дисциплине выставляются обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации.</p> <p>Компетенции, закреплённые за дисциплиной, сформированы на уровне – «достаточный».</p>
49-0/ F,FX	«неудовлетворительно»/ не зачтено	<p>Выставляется обучающемуся, если он не знает на базовом уровне теоретический и практический материал, допускает грубые ошибки при его изложении на занятиях и в ходе промежуточной аттестации.</p> <p>Обучающийся испытывает серьёзные затруднения в применении теоретических положений при решении практических задач профессиональной направленности стандартного уровня сложности, не владеет необходимыми для этого навыками и приёмами.</p> <p>Демонстрирует фрагментарные знания учебной литературы по дисциплине.</p>

Баллы/ Шкала ECTS	Оценка по дисциплине	Критерии оценки результатов обучения по дисциплине
		Оценка по дисциплине выставляются обучающемуся с учётом результатов текущей и промежуточной аттестации. Компетенции на уровне «достаточный», закреплённые за дисциплиной, не сформированы.

5.2 Оценочные средства (материалы) для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Учебным планом в рамках настоящего курса предусматривается текущий контроль успеваемости в форме устного опроса, а также выступлений на семинарских занятиях.

По окончании курса проводится устный экзамен. Экзамен по дисциплине служит для оценки работы обучающегося в течение семестра и призван выявить уровень, прочность и систематичность полученных им теоретических и практических знаний, приобретения навыков самостоятельной работы, развития творческого мышления, умение синтезировать полученные знания и применять их в решении практических задач.

Вопросы к экзамену.

1. Классификации экстремальных ситуаций.
2. Феноменология чрезвычайной ситуации: динамика психических состояний и поведения человека.
3. Психические изменения при экстремальных состояниях.
4. Общий адаптационный синдром как целостная реакция организма на экстремальные воздействия.
5. Индивидуальные способы и формы реагирования на стресс.
6. Адаптационные стратегии человека в экстремальной ситуации.
7. Характеристика деятельности в условиях ЧС.
8. Экстремальные факторы условий деятельности.
9. Переносимость экстремальных и чрезвычайных ситуаций.
10. Психогенные факторы, обусловленные характером деятельности.
11. Изменения в поведении и функциональном состоянии в чрезвычайных ситуациях.
12. Экстремальные состояния человека.
13. Адекватная форма реакции.
14. Реакция тревоги, ее виды.
15. Динамика экстремальных состояний.
16. Специфические виды экстремальных состояний.
17. Готовность к деятельности в чрезвычайных ситуациях.
18. Методы определения адаптационных возможностей человека.
19. Толерантность к психологическому стрессу.
20. Подходы к пониманию эмоциональной устойчивости.
21. Психопрофилактика неблагоприятных психофизиологических состояний.
22. Методы психорегуляции при избыточном нервно-психическом напряжении.
23. Психогигиена специалистов, работающих в экстремальных ситуациях и с экстремальными состояниями.
24. Три аспекта психологической поддержки в соответствии с источником негативных субъективных переживаний.
25. Общая схема процесса психологической поддержки. Факторы формирования состояний в процессе психологической поддержки.
26. Способы реализации звуковых воздействий: подсказки, внушение, убеждение, разъяснение и др.
27. Способы реализации визуальных воздействий: письменные указания, демонстрация

- с помощью слайдов и др.
28. Системы подготовки принятия решений (СППР).
 29. Поддержка в принятии решений человеком в экстремальных условиях.
 30. Взаимодействие специалистов в чрезвычайных ситуациях.
 31. Уровень сформированности групп, роль лидера и особенности их деятельности в
 32. чрезвычайных ситуациях.
 33. Роль психолога, его деятельность при подготовке и в условиях чрезвычайных ситуаций. Психогигиена и психопрофилактика стресса. Психологическая подготовка и тренировка.
 34. Методы профилактики и разрешения конфликтов в чрезвычайных условиях.
 35. Техники снятия эмоционального напряжения.
 36. Оказание психологической поддержки и помощи пострадавшим и их родственникам в условиях чрезвычайных ситуаций.
 37. Необходимость специальной профессиональной подготовки психолога по оказанию экстренной психологической помощи в условиях ЧС.
 38. Владение и адекватное применение краткосрочных приемов.
 39. Нейролингвистическое программирование, телесно-ориентированная терапия, арттерапия, краткосрочная позитивная терапия, релаксационные методы и методы саморегуляции, суггестивные техники, рациональная психотерапия и др.
 40. Методы психологической диагностики, используемые при оказании экстренной психологической помощи.
 41. Кризисное психологическое консультирование.
 42. Профилактики и коррекции стресса при проведении индивидуальных и групповых тренингов управления стрессом.
 43. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов.

Типовые варианты контрольной работы

1. Эмоциональные состояния личности в экстремальных условиях.
2. Первичные психические состояния в чрезвычайных условиях.
3. Психолог в очаге ЧС.
4. Служба экстренной психологической помощи, ее функции.
5. Экстренная психологическая помощь: главные принципы, отличия от обычной психологической помощи, цели и задачи.
6. Основные техники экстренной психологической помощи в условиях ЧС.
7. Психогенные факторы в условиях чрезвычайных ситуаций.
8. Психологическая помощь родственникам пострадавших и погибших в ЧС.
9. Острое горе, этапы горевания, психологическая помощь на каждом этапа.
10. Психологическое сопровождение в ситуации потери и умирания.
11. Формы осложненного синдрома потери (хроническое горе, преувеличенное горе, маскированное горе, неожиданное, отставленное, отсутствующее горе).
12. Человек как система саморегуляции, уровни саморегуляции.
13. Посттравматические стрессовые реакции, состояния, изменения личности.
14. Специфика работы с детьми и подростками в условиях ЧС.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

6.1. Список источников и литературы

Основная литература:

1. Нуркова, В. В. Общая психология : учебник для вузов / В. В. Нуркова, Н. Б. Березанская. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 524 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-02583-5. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/449627>

2. Психология безопасности : учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перельгина. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04312-9. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/450474>

Дополнительная:

1. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие/ под ред. Л.А. Михайлова. - СПб.: Питер, 2009
2. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / И.Г. Макина-Пых. - М.: Эксмо, 2008.
3. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности Анализ. Теория. Практика. - СПб. Прайм -еврознак, 2006.
4. Александровский Ю.А. Пограничная психиатрия и современные социальные проблем., Ростов-на-Дону, Феникс, 1996.
5. Александровский Ю.А. Психические расстройства во время и после чрезвычайных ситуаций // Психиатрия и психофармакотерапия, 2001, №4т.3.
6. Алексеева Л.С. (ред.) Психологическая помощь пострадавшим от семейного насилия: Научно-методическое пособие / – М.: ГосНИИ семьи и воспитания, 2000.
7. Алексеева Л.С. Последствия страха, тревоги и гнева // Директор школы, 2000. № 6. С. 71–80.
8. Андриющенко А.В. Посттравматическое стрессовое расстройство при ситуациях утраты объекта экстраординарной значимости // Психиатрия и психофармакотерапия, 2000. № 4. Т. 2.
9. Ахола Т., Фурман Б. Краткосрочная позитивная психотерапия.(Терапия, фокусированная на решении). СПб., Речь, 2000.
10. Вайтхед М. Консультирование человека в состоянии горя: модель помощи. Психология зрелости и старения, № 1 (17), весна, 2002.
11. Владиславова Н. Особенности краткосрочной интенсивной психотерапии и подготовки психологических кадров для работы в экстремальных ситуациях // Доклады X итоговой конференции Европейской ассоциации психотерапии европейского конгресса по психотерапии. Москва, 1–4 июля 2001.
12. Водопьянова Н.Е. Психическое «выгорание» // Мир медицины. 2001, № 7-8.
13. Волошин В.М. Клиническая типология посттравматических стрессовых расстройств и вопросы дифференцированной психофармакотерапии // Психиатрия и психофармакотерапия, 2001, № 4. Т. 3.
14. Догадана М. А., Пережогин Л. О. Выявление, профилактика, реабилитация потерпевших. М.: Сам себе адвокат, 2000.
15. Ильина И.Г., Соловейчик М.Я. (ред.) Методические материалы по работе со вторичной травмой // Конфликт и травма. Вып.1. Актуальные вопросы оказания помощи при травматических и посттравматических стрессовых расстройствах. СПб., Ин-т психотерапии и консультирования «Гармония», 2002.
16. Калмыкова Е.С., Е. А. Миско, Тарабрина Н. В. Особенности психотерапии посттравматического стресса // Психологический журнал, 2001. Т. 22, № 4, с. 70-80.
17. Китаев-Смык Л.А. Психология чеченской войны. М., 2002.
18. Козер Л.А. Функции социального конфликта. М., Идея-Пресс, Дом интеллектуал, книги, 2000.
19. Кондратенко С. Избранные аспекты работы с горем в гештальтметоде // Российский гештальт. Вып. 5 / Под ред. Н.Б.Долгополова, Р.П.Ефимкиной. Новосибирск: Научно-учебный центр НГУ, 2003.

20. Крюкова М.А., Никитина Т.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь: Практическое пособие. М., Изд-во НЦ ЭНАС, 2001.
21. Лукас К., Сейден Г. Молчаливое горе: жизнь в тени самоубийства. М., Смысл, 2000.
22. Михайлова Н. Ф. Повседневный стресс в семьях здоровых и больных неврозами// Материалы конгресса по детской психиатрии. М., 25-28 сентября 2001. С. 42-43
23. Моховиков А. Н. Телефонное консультирование. М.: Смысл, 2001а.
24. Моховиков А.Н. Введение к клинко-психологическому разделу // Суицидология: прошлое и настоящее. Проблема самоубийства в трудах философов, социологов, психотерапевтов и художественных текстах / Сост. А.Н.Моховиков. М.: Когито-центр, 2016.
25. Ольшанский Д.В. Психология террора. М. – Академический проект, Екатеринбург – Деловая книга, 2002.
26. Орлов А. Б. Психологическое насилие в семье – определение, аспекты, основные направления оказания психологической помощи // Психолог в детском саду. 2000, №2–3.
27. Пуховский Н.Н. Психопатологические последствия чрезвычайных ситуаций. М., Академический проект, 2000.
28. Пушкарев А.Л., Доморацкий В.А., Гордеева Е.Г. Посттравматическое стрессовое расстройство: диагностика, психофармакотерапия, психотерапия. Изд. Института психотерапии, М., 2000.
29. Ромек В. Г. Теория выученной беспомощности М. Селигмана // Журнал практического психолога, 2006 № 3 – 4, с. 218 – 235.
30. Ромек В.Г., Конторович В.А., Крукович Е.И. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. СПб., Речь, 2004.
31. Сидорова В.Ю. Четыре задачи горя. Журнал практической психологии и психоанализа № 1–2, 2001.
32. Соловьева С.Л. Психология экстремальных состояний. СПб., ЭЛБИ, 2003.
33. Тарабрина Н. В. Практикум по психологии посттравматического стресса. СПб., Питер, 2001.

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимый для освоения дисциплины

1. Вестник РАТЭПП, 1995. <http://ratepp.by.ru/librare/suicid/suicid.htm>
2. Еремина Т.И., Крюкова Н.П., Логинова Ю.Ю. Социально-психологическая адаптация граждан, принимавших участие в боевых действиях, <http://pmuc.ra/eis/pdf/14.pdf>.
3. Ковалева О.В. Как вести себя в чрезвычайной обстановке. http://www.kovaleva.ru/articles/psihosom/psihosom_statya_9.shtml.

Сайт РГГУ (ЭБС)

ЭБС «Znanium.com»; ООО «ЗНАНИУМ»

ЭБС «Юрайт». ООО «Электронное издательство ЮРАЙТ»

Современные профессиональные базы данных (БД) и информационно-справочные системы (ИСС)

№п /п	Наименование
1	Международные реферативные наукометрические БД, доступные в рамках национальной подписки в 2020 г. Web of Science Scopus

2	Профессиональные полнотекстовые БД, доступные в рамках национальной подписки в 2020 г. Журналы Cambridge University Press ProQuest Dissertation & Theses Global SAGE Journals Журналы Taylor and Francis
3	Профессиональные полнотекстовые БД JSTOR Издания по общественным и гуманитарным наукам Электронная библиотека Grebennikon.ru
4	Компьютерные справочные правовые системы Консультант Плюс, Гарант

7. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Лекционные занятия проводятся в аудиториях (залах), оборудованных мультимедийными проекторами, проецирующими изображение на экран.

Для проведения занятий семинарского типа используются ноутбук, интерактивная доска, учебно-наглядные материалы (таблицы, схемы и др.).

В процессе обучения используется библиотечный фонд, включающий учебники, учебные и учебно-методические материалы, справочные издания в электронной и бумажной формах.

Лекционные занятия проводятся в аудиториях (залах), оборудованных мультимедийными проекторами, проецирующими изображение на экран.

Для проведения занятий семинарского типа используются ноутбук, интерактивная доска, учебно-наглядные материалы (таблицы, схемы и др.).

При проведении занятий в режиме онлайн (с применением дистанционных образовательных технологий) используются сервисы Zoom.us. Ссылки размещаются в личном кабинете в ЭИОС РГГУ и/или направляются на электронную почту группы.

В процессе обучения используется библиотечный фонд, включающий учебники, учебные и учебно-методические материалы, справочные издания в электронной и бумажной формах.

Перечень лицензионного программного обеспечения:

№п /п	Наименование ПО	Производитель	Способ распространения (лицензионное или свободно распространяемое)
1	Adobe Master Collection CS4	Adobe	лицензионное
2	Microsoft Office 2010	Microsoft	лицензионное
3	Windows 7 Pro	Microsoft	лицензионное
4	AutoCAD 2010 Student	Autodesk	свободно распространяемое
5	Archicad 21 Rus Student	Graphisoft	свободно распространяемое
6	SPSS Statistics 22	IBM	лицензионное
7	Microsoft Share Point 2010	Microsoft	лицензионное
8	SPSS Statistics 25	IBM	лицензионное
9	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
10	ОС «Альт Образование» 8	ООО «Базальт СПО	лицензионное

11	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
12	Windows 10 Pro	Microsoft	лицензионное
13	Kaspersky Endpoint Security	Kaspersky	лицензионное
14	Microsoft Office 2016	Microsoft	лицензионное
15	Visual Studio 2019	Microsoft	лицензионное
16	Adobe Creative Cloud	Adobe	лицензионное

8. Обеспечение образовательного процесса для лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ходе реализации дисциплины используются следующие дополнительные методы обучения, текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся в зависимости от их индивидуальных особенностей:

- для слепых и слабовидящих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
 - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением, или могут быть заменены устным ответом;
 - обеспечивается индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс;
 - для выполнения задания при необходимости предоставляется увеличивающее устройство; возможно также использование собственных увеличивающих устройств;
 - письменные задания оформляются увеличенным шрифтом;
 - экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.
- для глухих и слабослышащих:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, либо предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;
 - письменные задания выполняются на компьютере в письменной форме;
 - экзамен и зачёт проводятся в письменной форме на компьютере; возможно проведение в форме тестирования.
- для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 - лекции оформляются в виде электронного документа, доступного с помощью компьютера со специализированным программным обеспечением;
 - письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением;
 - экзамен и зачёт проводятся в устной форме или выполняются в письменной форме на компьютере.

При необходимости предусматривается увеличение времени для подготовки ответа.

Процедура проведения промежуточной аттестации для обучающихся устанавливается с учётом их индивидуальных психофизических особенностей. Промежуточная аттестация может проводиться в несколько этапов.

При проведении процедуры оценивания результатов обучения предусматривается использование технических средств, необходимых в связи с индивидуальными особенностями обучающихся. Эти средства могут быть предоставлены университетом, или могут использоваться собственные технические средства.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Обеспечивается доступ к информационным и библиографическим ресурсам в сети Интернет для каждого обучающегося в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

- для слепых и слабовидящих:
 - в печатной форме увеличенным шрифтом;
 - в форме электронного документа;
 - в форме аудиофайла.
- для глухих и слабослышащих:
 - в печатной форме;
 - в форме электронного документа.
- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 - в печатной форме;
 - в форме электронного документа;
 - в форме аудиофайла.

Учебные аудитории для всех видов контактной и самостоятельной работы, научная библиотека и иные помещения для обучения оснащены специальным оборудованием и учебными местами с техническими средствами обучения:

- для слепых и слабовидящих:
 - устройством для сканирования и чтения с камерой SARA CE;
 - дисплеем Брайля PAC Mate 20;
 - принтером Брайля EmBraille ViewPlus;
- для глухих и слабослышащих:
 - автоматизированным рабочим местом для людей с нарушением слуха и слабослышащих;
 - акустический усилитель и колонки;
- для обучающихся с нарушениями опорно-двигательного аппарата:
 - передвижными, регулируемые эргономическими партами СИ-1;
 - компьютерной техникой со специальным программным обеспечением.

9. Методические материалы

9.1. задания к семинарским занятиям

Семинарское занятие 1 (2 ч.). Представление об экстремальных ситуациях

Вопросы для обсуждения:

1. Классификации экстремальных ситуаций.
2. Феноменология чрезвычайной ситуации: динамика психических состояний и поведения человека.

Семинарское занятие 2 (2 ч.). Представление об экстремальных ситуациях

Вопросы для обсуждения:

1. Психические изменения при экстремальных состояниях.
2. Общий адаптационный синдром как целостная реакция организма на экстремальные воздействия.
3. Индивидуальные способы и формы реагирования на стресс.
4. Адаптационные стратегии человека в экстремальной ситуации.

Семинарское занятие 3 (2 ч.). Особенности работы в экстремальных ситуациях и состояниях.

Вопросы для обсуждения:

1. Характеристика деятельности в условиях ЧС.
2. Экстремальные факторы условий деятельности.
3. Переносимость экстремальных и чрезвычайных ситуаций.
4. Психогенные факторы, обусловленные характером деятельности.

5. Изменения в поведении и функциональном состоянии в чрезвычайных ситуациях. Семинарское занятие 4 (2 ч.). Особенности работы в экстремальных ситуациях и состояниях.

Вопросы для обсуждения:

1. Экстремальные состояния человека.
2. Адекватная форма реакции.
3. Реакция тревоги, ее виды.
4. Динамика экстремальных состояний.
5. Специфические виды экстремальных состояний.
6. Готовность к деятельности в чрезвычайных ситуациях.
7. Методы определения адаптационных возможностей человека.
8. Толерантность к психологическому стрессу.
9. Подходы к пониманию эмоциональной устойчивости.

Семинарское занятие 5 (2 ч.). Психологические последствия трудных и экстремальных ситуаций.

Вопросы для обсуждения:

1. Психопрофилактика неблагоприятных психофизиологических состояний.
2. Методы психорегуляции при избыточном нервно-психическом напряжении.

Семинарское занятие 6 (2 ч.). Психологические последствия трудных и экстремальных ситуаций.

Вопросы для обсуждения:

1. Психогигиена специалистов, работающих в экстремальных ситуациях и с экстремальными состояниями.

Семинарское занятие 7 (2 ч.). Сущность и виды психологической поддержки.

Вопросы для обсуждения:

1. Три аспекта психологической поддержки в соответствии с источником негативных субъективных переживаний.
2. Общая схема процесса психологической поддержки. Факторы формирования состояний в процессе психологической поддержки.
3. Способы реализации звуковых воздействий: подсказки, внушение, убеждение, разъяснение и др.
4. Способы реализации визуальных воздействий: письменные указания, демонстрация с помощью слайдов и др.
5. Системы подготовки принятия решений (СППР).
6. Поддержка в принятии решений человеком в экстремальных условиях.

Семинарское занятие 8 (2 ч.). Сущность и виды психологической поддержки.

Вопросы для обсуждения:

1. Взаимодействие специалистов в чрезвычайных ситуациях.
2. Уровень сформированности групп, роль лидера и особенности их деятельности в чрезвычайных ситуациях.
3. Роль психолога, его деятельность при подготовке и в условиях чрезвычайных ситуаций.
4. Психогигиена и психопрофилактика стресса. Психологическая подготовка и тренировка.
5. Методы профилактики и разрешения конфликтов в чрезвычайных условиях.
6. Техники снятия эмоционального напряжения.
7. Оказание психологической поддержки и помощи пострадавшим и их родственникам в условиях чрезвычайных ситуаций.
8. Необходимость специальной профессиональной подготовки психолога по оказанию

экстренной психологической помощи в условиях ЧС.

Семинарское занятие 9 (2 ч.). Методы оказания экстренной психологической помощи.

Вопросы для обсуждения:

1. Владение и адекватное применение краткосрочных приемов.
2. Нейролингвистическое программирование, телесно-ориентированная терапия, арттерапия, краткосрочная позитивная терапия, релаксационные методы и методы саморегуляции, суггестивные техники, рациональная психотерапия и др.

Семинарское занятие 10 (2 ч.). Методы оказания экстренной психологической помощи.

Вопросы для обсуждения:

1. Методы психологической диагностики, используемые при оказании экстренной психологической помощи.
2. Кризисное психологическое консультирование.

Семинарское занятие 11 (2 ч.). Методы оказания экстренной психологической помощи.

Вопросы для обсуждения:

1. Профилактики и коррекции стресса при проведении индивидуальных и групповых тренингов управления стрессом.
2. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов.

9.2.Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

9.3.Методические рекомендации по подготовке письменных работ

Все письменные работы оформляются в свободном стиле.

Тема должна быть раскрыта, мнения обоснованы.

9.4.Иные материалы

Не используются.

АННОТАЦИЯ

Дисциплина «Психология поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях» является частью базового блока дисциплин учебного плана по направлению подготовки (специальности) 37.05.02 Психология служебной деятельности. Дисциплина реализуется на факультете психологии кафедрой нейро- и патопсихологии.

Цель дисциплины «Психология поведения в экстремальных и чрезвычайных ситуациях» - формирование знаний и освоение навыков в области оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях и состояниях, основных результатах теоретических и эмпирических исследований данной проблемы.

Задачи:

- сформировать у обучающихся представление о процессах переживания в экстремальных ситуациях;
- ознакомить студентов с основными принципами оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях.

Дисциплина направлена на формирование следующих компетенций:

ОК-6 – способностью проявлять психологическую устойчивость в сложных и экстремальных условиях, применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния;

ПК- 1 – способностью осуществлять психологическое обеспечение служебной деятельности личного состава в экстремальных условиях

ПК-13 - способностью применять методы психологической поддержки сотрудников, военнослужащих и служащих в ходе выполнения задач служебной деятельности и психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и служащих, участвовавших в экстремальной деятельности

В результате освоения дисциплины обучающийся должен демонстрировать следующие результаты образования:

знать:

- основные подходы к определению кризисных ситуаций и состояний, их классификации;
- основные принципы работы психолога и оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях;

уметь:

- применять знания, теоретические модели и методы, разработанные в отдельных отраслях психологии, для решения научных и практических задач в области оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях;
- рассматривать современные проблемы психологии экстремальных ситуаций и состояний в историко-психологическом и методологическом контексте;

владеть:

- понятийным аппаратом основных концепций в области психологии экстремальных ситуаций и состояний.

Рабочей программой предусмотрены следующие виды контроля: текущий контроль успеваемости в форме устного опроса, выступлений на семинарских занятиях, промежуточная аттестация в форме экзамена.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 з. е., 108 ч., в том числе контактная работа обучающихся с преподавателем 37 ч., самостоятельная работа обучающихся 71 ч.

ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ

№	Текст актуализации или прилагаемый к РПД документ, содержащий изменения	Дата	№ протокола
1.	Обновлена основная и дополнительная литература	21.06.18	18
2.	Обновлен раздел «Структура дисциплины» в соответствии с учебным планом		
3.	Приложение к листу изменений № 1		
4.	Обновлена основная и дополнительная литература	20.06.19	18
5.	Обновлен раздел «Структура дисциплины» в соответствии с учебным планом		
6.	Приложение к листу изменений № 2		
7.	Обновлена основная и дополнительная литература	30.06.20	16
8.	Обновлен раздел «Структура дисциплины» в соответствии с учебным планом		
9.	Приложение к листу изменений № 3		

Состав программного обеспечения (ПО), современных профессиональных баз данных (БД) и информационно-справочные систем (ИСС) (2018 г.)

1. Перечень ПО

Таблица 1

№п /п	Наименование ПО	Производитель	Способ распространения (лицензионное или свободно распространяемое)
1	Microsoft Office 2010	Microsoft	лицензионное
2	Windows 7 Pro	Microsoft	лицензионное
3	Microsoft Share Point 2010	Microsoft	лицензионное
4	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
5	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
6	Windows 10 Pro	Microsoft	лицензионное
7	Kaspersky Endpoint Security	Kaspersky	лицензионное
8	Adobe Master Collection CS4	Adobe	лицензионное

2. Перечень БД и ИСС

Таблица 2

№п/п	Наименование
1.	Международные реферативные наукометрические БД, доступные в рамках национальной подписки в 2018 г. Web of Science Scopus
2.	Профессиональные полнотекстовые БД, доступные в рамках национальной подписки в 2018 г. Журналы Cambridge University Press ProQuest Dissertation & Theses Global SAGE Journals Журналы Taylor and Francis Электронные издания издательства Springer
3.	Профессиональные полнотекстовые БД JSTOR Издания по общественным и гуманитарным наукам
4.	Компьютерные справочные правовые системы Консультант Плюс, Гарант

Состав программного обеспечения (ПО), современных профессиональных баз данных (БД) и информационно-справочные систем (ИСС) (2019 г.)

1. Перечень ПО

Таблица 1

№п /п	Наименование ПО	Производитель	Способ распространения (лицензионное или свободно распространяемое)
1	Adobe Master Collection CS4	Adobe	лицензионное
2	Microsoft Office 2010	Microsoft	лицензионное
3	Windows 7 Pro	Microsoft	лицензионное
4	AutoCAD 2010 Student	Autodesk	свободно распространяемое
5	Archicad 21 Rus Student	Graphisoft	свободно распространяемое
6	SPSS Statistics 22	IBM	лицензионное
7	Microsoft Share Point 2010	Microsoft	лицензионное
8	SPSS Statistics 25	IBM	лицензионное
9	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
10	ОС «Альт Образование» 8	ООО «Базальт СПО	лицензионное
11	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
12	Windows 10 Pro	Microsoft	лицензионное
13	Kaspersky Endpoint Security	Kaspersky	лицензионное
14	Microsoft Office 2016	Microsoft	лицензионное
15	Visual Studio 2019	Microsoft	лицензионное
16	Adobe Creative Cloud	Adobe	лицензионное

2. Перечень БД и ИСС

Таблица 2

№п /п	Наименование
1	Международные реферативные наукометрические БД, доступные в рамках национальной подписки в 2019 г. Web of Science Scopus
2	Профессиональные полнотекстовые БД, доступные в рамках национальной подписки в 2019 г. Журналы Cambridge University Press ProQuest Dissertation & Theses Global SAGE Journals Журналы Taylor and Francis
3	Профессиональные полнотекстовые БД JSTOR Издания по общественным и гуманитарным наукам Электронная библиотека Grebennikon.ru
4	Компьютерные справочные правовые системы Консультант Плюс, Гарант

Состав программного обеспечения (ПО), современных профессиональных баз данных (БД) и информационно-справочные систем (ИСС) (2020 г.)

1. Перечень ПО

Таблица 1

№п /п	Наименование ПО	Производитель	Способ распространения (лицензионное или свободно распространяемое)
1	Adobe Master Collection CS4	Adobe	лицензионное
2	Microsoft Office 2010	Microsoft	лицензионное
3	Windows 7 Pro	Microsoft	лицензионное
4	AutoCAD 2010 Student	Autodesk	свободно распространяемое
5	Archicad 21 Rus Student	Graphisoft	свободно распространяемое
6	SPSS Statistics 22	IBM	лицензионное
7	Microsoft Share Point 2010	Microsoft	лицензионное
8	SPSS Statistics 25	IBM	лицензионное
9	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
10	ОС «Альт Образование» 8	ООО «Базальт СПО	лицензионное
11	Microsoft Office 2013	Microsoft	лицензионное
12	Windows 10 Pro	Microsoft	лицензионное
13	Kaspersky Endpoint Security	Kaspersky	лицензионное
14	Microsoft Office 2016	Microsoft	лицензионное
15	Visual Studio 2019	Microsoft	лицензионное
16	Adobe Creative Cloud	Adobe	лицензионное

2. Перечень БД и ИСС

Таблица 2

№п /п	Наименование
1	Международные реферативные наукометрические БД, доступные в рамках национальной подписки в 2020 г. Web of Science Scopus
2	Профессиональные полнотекстовые БД, доступные в рамках национальной подписки в 2020 г. Журналы Cambridge University Press ProQuest Dissertation & Theses Global SAGE Journals Журналы Taylor and Francis
3	Профессиональные полнотекстовые БД JSTOR Издания по общественным и гуманитарным наукам Электронная библиотека Grebennikon.ru
4	Компьютерные справочные правовые системы Консультант Плюс, Гарант