

Документ подписан простой электронной подписью
Информация о владельце:
ФИО: Щёкина Вера Витальевна
Должность: Ректор
Дата подписания: 2024.05.23 14:17:12
Уникальный программный ключ:
a2232a55157e676551a8399b1160492af53989470470536b0r373a454e3778y




**МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»**
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины



**МИНИСТЕРСТВО ПРОСВЕЩЕНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**Федеральное государственное бюджетное образовательное учре-
ждение высшего образования
«Благовещенский государственный педагогический университет»**
ОСНОВНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ПРОГРАММА
Рабочая программа дисциплины

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета педагогики и
психологии ФГБОУ ВО «БГПУ»
 А.А. Клёцкина
«23» мая 2024 г.

**Рабочая программа дисциплины
ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ**

**Направление подготовки
39.03.03 ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ**

**Профиль
«ОРГАНИЗАЦИЯ РАБОТЫ С МОЛОДЕЖЬЮ»**

**Уровень высшего образования
БАКАЛАВРИАТ**

**Принята на заседании кафедры педагогики и психологии
(протокол № 8 от «23» мая 2024 г.)**

Благовещенск 2024

СОДЕРЖАНИЕ

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА	3
2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ	5
3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)	7
4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ	9
5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ	14
6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА.....	17
7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ	26
8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ И ЛИЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ	26
9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ	26
10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА	27
11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ	28

1 ПОЯСНИТЕЛЬНАЯ ЗАПИСКА

1.1 Цель дисциплины: подготовка студента к профессиональной деятельности в области психологии, ознакомление с основными направлениями научной психологии в области экстремальных ситуаций и состояний, видами и сферами работы психологов-практиков в экстремальных и чрезвычайных ситуациях; формирование образа психолога-профессионала, работающего с кризисными состояниями; раскрытие основных проблем, связанных с оценкой, предвидением и оптимизацией психических состояний и поведения человека в трудной и экстремальной ситуации.

1.2 Место дисциплины в структуре ООП: дисциплина «Психология экстремальных ситуаций» относится к дисциплинам обязательной части блока Б1: для очной формы обучения Б1.В.07; для заочной формы обучения Б1.В.06.

Для освоения дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» студенты используют знания, умения, навыки, сформированные в курсе изучения других дисциплин. Данный курс тесно связан с дисциплинами: основы общей психологии, возрастная психология, основы профориентологии.

1.3 Дисциплина направлена на формирование профессиональных компетенций ПК-3, ПК-4.

ПК-3: Способен планировать, обосновывать применение технологий и участвовать в диагностических мероприятиях и консультациях при осуществлении психологической помощи лицам, попавшим в трудную жизненную ситуацию, **индикатором** достижения которой является:

- ПК-3.9 осуществляет работу по психологическому просвещению и привлечению внимания населения к проблемам клиентов.

ПК-4: Способен организовывать психологическое сопровождение и психологическую помощь социально уязвимым слоям населения, **индикатором** достижения которой является:

- ПК-4.3 демонстрирует алгоритм подбора комплекса психологических методик, планирование и проведения обследования клиентов.

1.4 Перечень планируемых результатов обучения. В результате изучения дисциплины студент должен

- **знать:**

- основные теоретико-методологические проблемы психологии экстремальных ситуаций и состояний;
- психологические механизмы адаптации человека, факторы психологической устойчивости;
- методологические принципы диагностики посттравматических стрессовых нарушений;
- основные принципы психологических вмешательств в экстремальных ситуациях и иметь представления об оказании психологической помощи людям с расстройствами, связанными со стрессом.

- **уметь:**

- адекватно оперировать специальными терминами из области психологии экстремальных ситуаций и состояний;
- ориентироваться в различных типах экстремальных ситуаций, формах поведения людей в этих ситуациях и возможных последствиях воздействия определенных экстремальных факторов на человека.

- владеть:

- основными методами (методиками) психологической диагностики и психологической помощи при расстройствах, связанных со стрессом;
- навыками составления программ диагностического обследования и психокоррекционной работы с последствиями экстремальных ситуаций.

1.5 Общая трудоемкость дисциплины «Психология экстремальных состояний» составляет 2 зачетных единицы (далее – ЗЕ) (72 часа):

Программа предусматривает изучение материала на лекциях и практических занятиях. Предусмотрена самостоятельная работа студентов по темам и разделам. Проверка знаний осуществляется фронтально, индивидуально.

1.6 Объем дисциплины и виды учебной деятельности**Объем дисциплины и виды учебной деятельности (очная форма обучения)**

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 6
Общая трудоемкость	72	72
Аудиторные занятия	36	36
Лекции	14	14
Практические занятия	22	22
Самостоятельная работа	36	36
Написание курсовой работы		Зачет с оценкой
Вид итогового контроля		Зачет, контрольная работа

Объем дисциплины и виды учебной деятельности (заочная форма обучения)

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр 7
Общая трудоемкость	72	72
Аудиторные занятия	10	10
Лекции	4	4
Практические занятия	6	6
Самостоятельная работа	58	58
Вид итогового контроля	4	4 зачет, контрольная работа

2 УЧЕБНО-ТЕМАТИЧЕСКОЕ ПЛАНИРОВАНИЕ

2.1 Очная форма обучения

Учебно-тематический план

№	Наименование тем (разделов)	Всего часов	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
1.	Введение в психологию экстремальных ситуаций. Предмет и основные понятия психологии экстремальных ситуаций.	6	2	2	2
2.	Стресс и его последствия.	4	2		2
3.	Психология стресса.	4	2		2
4.	Экстремальные ситуации. Виды, особенности.	4		2	2
5.	Психология стрессовых ситуаций.	6		4	2
6.	Отсроченные реакции на стресс. Психология горя. Психологическая профилактика суицидального поведения.	4	2		2
7.	Посттравматический стресс.	4		2	2
8.	Особенности работы специалиста с разными группами участников экстремальных ситуаций. Стихийное массовое поведение.	6	2		4
9.	Психологические аспекты терроризма.	4	2		2
10.	Психология профессиональной деятельности.	4		2	2
11.	Профессиональный стресс. Факторы, определяющие психологическую устойчивость специалиста.	4	2		2
12.	Экстремальные условия профессиональной деятельности.	4		2	2
13.	Психодиагностика экстремальных состояний личности.	6		2	4
14.	Специфика психологической помощи пострадавшим во время психотравмирующих событий.	4		2	2
15.	Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях.	8		4	4
16.	Защита курсовой работы				
ИТОГО		72	14	22	36

Интерактивное обучение по дисциплине

№	Наименование Тем (разделов)	Вид занятия	Форма интерактивного занятия	Кол-во часов
6.	Отсроченные реакции на стресс. Психология горя. Психологическая профилактика суицидального поведения.	ЛК	Лекция-дискуссия	2
8.	Особенности работы специалиста с разными группами участников экстремальных ситуаций. Стихийное массовое поведение.	ЛК	Лекция-дискуссия	2
10.	Психология профессиональной деятельности.	ПР	Дискуссия	2
12.	Экстремальные условия профессиональной деятельности.	ПР	Дискуссия	2
14.	Специфика психологической помощи пострадавшим во время психотравмирующих событий.	ПР	Дискуссия	2
ИТОГО				10

1.2 Заочная форма обучения

Учебно-тематический план

№	Наименование тем (разделов)	Всего часов	Аудиторные занятия		Самостоятельная работа
			Лекции	Практические занятия	
1.	Введение в психологию экстремальных ситуаций. Предмет и основные понятия психологии экстремальных ситуаций.	4	2		2
2.	Стресс и его последствия.	4			4
3.	Психология стресса.	4			4
4.	Экстремальные ситуации. Виды, особенности.	4		2	2
5.	Психология стрессовых ситуаций.	4			4
6.	Отсроченные реакции на стресс. Психология горя. Психологическая профилактика суицидального поведения.	6			6
7.	Посттравматический стресс.	4			4
8.	Особенности работы специалиста с разными группами участников экстремальных ситуа-	4	2		2

	ций. Стихийное массовое поведение.				
9.	Психологические аспекты терроризма.	4			4
10.	Психология профессиональной деятельности.	2			2
11.	Профессиональный стресс. Факторы, определяющие психологическую устойчивость специалиста.	4			4
12.	Экстремальные условия профессиональной деятельности.	6		2	4
13.	Психодиагностика экстремальных состояний личности.	6			6
14.	Специфика психологической помощи пострадавшим во время психотравмирующих событий.	4			4
15.	Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях.	8		2	6
	Зачет, контрольная работа	4			
ИТОГО		72	4	6	58

Интерактивное обучение по дисциплине

№	Наименование Тем (разделов)	Вид занятия	Форма интерактивного занятия	Кол-во часов
15.	Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях.	ПР	Дискуссия	2
ИТОГО				2

3 СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ (РАЗДЕЛОВ)

Тема 1: Введение в психологию экстремальных ситуаций. Предмет и основные понятия психологии экстремальных ситуаций. История и этапы становления экстремальной психологии. Особенности развития психологии экстремальных ситуаций в России. Теоретический и практический аспекты психологии экстремальных ситуаций. Категориальный аппарат психологии экстремальных ситуаций: чрезвычайная, экстремальная, кризисная ситуации. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.

Тема 2: Стресс и его последствия. Психофизиологическая природа стресса. Стресс: история изучения и современные представления. Кривая развития стрессовой ситуации. Понятие о стрессоустойчивости. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса.

Тема 3: Психология стресса. Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса. Психологическая помощь при острых реакциях на стресс.

Тема 4: Экстремальные ситуации. Виды, особенности. Понятия «экстремальные условия», «экстремальные состояния» и «экстремальная ситуация». Чрезвычайные ситуации и катастрофы. Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования. Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.

Тема 5: Психология стрессовых ситуаций. Стресс: понятие. Виды, характеристика. Особенности влияния стресса на поведение и сознание человека. Факторы стресса. Признаки стресса. Характеристика стресса как сверхадаптивного синдрома. Понятие копинг- и совладающего поведения. Виды копинг-поведения. Понятие психологической защиты. Виды психологических защит. Обобщающая характеристика стресспреодолевающего поведения личности.

Тема 6: Отсроченные реакции на стресс. Психология горя. Психологическая профилактика суицидального поведения. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство: соотношение понятий. Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства. Горе как процесс. Стадии переживания горя. «Нормальное» и «патологическое» горе. Задачи горя. Психологическое сопровождение сопереживающего горе. Определение суицидального поведения. Индикаторы суицидального риска. Факторы суицидального риска.

Тема 7: Посттравматический стресс. Психологическая травма. Виды психологических травм. Посттравматические стрессовые расстройства. Факторы, усиливающие страдания при ПТСР. Нормальный посттравматический стресс. Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах. Потеря как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.

Тема 8: Особенности работы специалиста с разными группами участников экстремальных ситуаций. Стихийное массовое поведение. Классификация участников экстремальных ситуаций. Толпа как форма стихийного массового поведения. Паника как экстремальная форма поведения толпы. Способы профилактики паники. Средства борьбы с паникой. Особенности переживания детьми стрессовых ситуаций.

Тема 9: Психологические аспекты терроризма. Терроризм как особый вид человеческой деятельности. Психологический портрет террориста и его жертвы. Разновидности поведения заложников. Стокгольмский синдром как разновидность поведения заложников.

Тема 10: Психология профессиональной деятельности. Труд как фактор исторического развития человека. Труд как вид деятельности. Проблемы развития профессионального самосознания. Стадии цикла профессионализации. Профессиональная адаптация и дезадаптация в экстремальных трудовых условиях. Личный (человеческий) фактор в происшествиях. Концепция безопасности Д. Петерсона. Методы изучения происшествий в психологии. Типология «отказов» человека как звена эргатической системы и пути их преодоления.

Тема 11: Профессиональный стресс. Факторы, определяющие психологическую устойчивость специалиста. Понятие профессионального стресса. Этапы психической адаптации специалиста к экстремальной ситуации. Психологическая устойчивость. Факторы психологической устойчивости специалиста. Некоторые аспекты личной истории, определяющие психологическую устойчивость специалиста.

Тема 12: Экстремальные условия профессиональной деятельности. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности. Боевой стресс и военные действия.

Профессиональная деятельность сотрудников ОВД и спасателей МЧС. Экстремальность в спорте. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности.

Тема 13: Психодиагностика экстремальных состояний личности. Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов. Диагностика адаптационных возможностей человека.

Тема 14: Специфика психологической помощи пострадавшим во время психотравмирующих событий. Семья как объект психологической помощи. Технологии социально-психологической работы. Специфика работы с молодежью в постконфликтных регионах. Принципы учета гендерных особенностей травмированных пострадавших в процессе психологической помощи. Учет этнических особенностей жертв военных конфликтов в процессе реализации программы сопровождения.

Тема 15: Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях. Принципы оказания первой психологической помощи пострадавшим. Экстренная психологическая помощь. Психотерапия в экстремальных ситуациях. Дебрифинг. Правила и особенности проведения.

4 МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ (УКАЗАНИЯ) ДЛЯ СТУДЕНТОВ ПО ИЗУЧЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Приступая к изучению дисциплины, студент должен ознакомиться с содержанием рабочей программы дисциплины. Дисциплина включает несколько видов занятий, которые в совокупности обеспечивают её усвоение, это: лекции, практические занятия, самостоятельную работу.

Во время лекций студент получает систематизированные научные знания о предмете «Психология экстремальных ситуаций». Изучая и прорабатывая материал лекций, студент должен повторить законспектированный материал и дополнить его по теме литературными данными, используя список предложенных в РПД источников. Практические занятия проводятся с целью углубления и закрепления знаний, полученных на лекциях, в также, в ходе самостоятельной работы. При подготовке к практическому занятию студенту необходимо повторить лекционный материал по заданной теме; изучить теоретический материал, рекомендованный преподавателем, продумать ответы на контрольные вопросы. В ходе занятий предусматривается проверка освоенности материала курса и компетенции в виде защиты практической работы. Выполнение всех практических работ является обязательным условием получения допуска к сдаче зачета. Важным элементом обучения студента является самостоятельная работа. Задачами самостоятельной работы является приобретение навыков самостоятельной научно-исследовательской работы на основании анализа текстов литературных источников и применения различных методов исследования; выработка умения самостоятельно и критически подходить к изучаемому материалу.

При подготовке к практическому занятию следует ознакомиться с вопросами, относящимися к теме данного занятия, тщательно проработать материал, изложенный на лекциях, а также материал, имеющийся в учебных пособиях и других источниках, рекомендуемых преподавателем. Подготовка к практическому занятию предполагает проработку тем (разделов) дисциплины.

Самостоятельная подготовка студентов к практическому занятию, выполняется во внеаудиторное время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия и предполагает конспектирование источников, подготовку ответов на вопросы, просмотр рекомендуемой литературы и пройденного лекционного материала.

Работа с учебной и научной литературой является главной формой самостоятельной работы и необходима при подготовке к текущему контролю знаний или промежуточной аттестации. Она включает проработку лекционного материала, а также изучение рекомендованных источников и литературы по тематике лекций. При самостоятельном изучении теоретической темы студент, используя рекомендованные в РПД литературные источники и электронные ресурсы, должен ответить на контрольные вопросы или выполнить задания, предложенные преподавателем.

В процессе работы с учебной и научной литературой студент может: делать записи по ходу чтения в виде простого или развернутого плана (создавать перечень основных вопросов, рассмотренных в источнике); составлять тезисы (цитирование наиболее важных мест статьи или монографии, короткое изложение основных мыслей автора); готовить аннотации (краткое обобщение основных вопросов работы); создавать конспекты (развернутые тезисы).

В течение семестра проводится текущий контроль знаний и промежуточная аттестация студентов. Текущий контроль осуществляется на каждом практическом занятии в виде фронтального, выборочного, группового или индивидуального опроса в устной или письменной форме с целью проверки формирования компетенций, изложенных в ФОС. Промежуточная аттестация осуществляется по завершению изучения дисциплины в форме зачета.

Самостоятельная работа студентов наряду с аудиторной представляет одну из форм учебного процесса и является существенной его частью. Самостоятельная работа - это планируемая работа студентов, выполняемая по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа завершает задачи всех видов учебной работы. Никакие знания, не подкрепленные самостоятельной деятельностью, не могут стать подлинным достоянием человека. Кроме того, самостоятельная работа имеет воспитательное значение: она формирует самостоятельность не только как совокупность умений и навыков, но и как черту характера, играющую существенную роль в структуре личности современного специалиста высшей квалификации. Данная дисциплина предполагает различные виды индивидуальной самостоятельной работы - подготовка к лекциям, практическим занятиям, зачету. Для успешной подготовки к экзамену в первую очередь необходимо ознакомиться с примерными вопросами для экзамена. Повторив теоретический материал по учебникам, внимательно просмотреть записи, сделанные при прослушивании лекций, подготовке к практическим занятиям. Обратит особое внимание на выводы и обобщения, сделанные в ходе практических занятий.

Рекомендации по написанию курсовой работы.

Курсовая работа – одна из обязательных форм учебно-исследовательской работы студента, выполняемая в пределах часов, отводимых на самостоятельное изучение дисциплины в соответствии с ФГОС ВО. Курсовая работа выполняется в соответствии с Положением о курсовой работе (проекте) в ФГБОУ ВО «БГПУ».

Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов по дисциплине

Наименование раздела (темы) дисциплины	Формы/виды самостоятельной работы	Количество часов в соответствии с учебно-тематическим планом по очной/заочной форме обучения	Формы контроля СРС
1. Введение в психологию экстремальных ситуаций. Предмет и	Вопросы для собеседования. Темы для докладов,	2/2	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат.

основные понятия психологии экстремальных ситуаций.	сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.		Контрольная работа.
2. Стресс и его последствия.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
3. Психология стресса.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
4. Экстремальные ситуации. Виды, особенности.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/2	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
5. Психология стрессовых ситуаций.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
6. Отсроченные реакции на стресс. Психология горя. Психологическая профилактика суицидального поведения.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/6	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
7. Посттравматический стресс.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
8. Особенности работы специалиста с разными группами участников экстремальных ситуаций. Стихийное массовое	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов.	4/2	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.

вое поведение.	Темы контрольных работ.		
9. Психологические аспекты терроризма.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
10. Психология профессиональной деятельности.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/2	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
11. Профессиональный стресс. Факторы, определяющие психологическую устойчивость специалиста.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
12. Экстремальные условия профессиональной деятельности.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
13. Психодиагностика экстремальных состояний личности.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	4/6	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
14. Специфика психологической помощи пострадавшим во время психотравмирующих событий.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	2/4	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
15. Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях.	Вопросы для собеседования. Темы для докладов, сообщений, рефератов. Темы контрольных работ.	4/6	Собеседование. Доклад, сообщение, реферат. Контрольная работа.
Итого		36/58	

Задания для самостоятельной работы

Тема 1: Введение в психологию экстремальных ситуаций. Предмет и основные понятия психологии экстремальных ситуаций.

1. Теоретический и практический аспекты психологии экстремальных ситуаций.
2. Категориальный аппарат психологии экстремальных ситуаций: чрезвычайная, экстремальная, кризисная ситуации.
3. Влияние экстремальных ситуаций на человека.
4. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.

Тема 2: Стресс и его последствия.

1. Психофизиологическая природа стресса.
2. Понятие о стрессоустойчивости.
3. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса.

Тема 3: Психология стресса.

1. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.
2. Психологическая помощь при острых реакциях на стресс.

Тема 4: Экстремальные ситуации. Виды, особенности.

1. Чрезвычайные ситуации и катастрофы.
2. Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования.
3. Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.

Тема 5: Психология стрессовых ситуаций.

1. Особенности влияния стресса на поведение и сознание человека.
2. Факторы стресса. Признаки стресса.
3. Характеристика стресса как сверхадаптивного синдрома.
4. Виды психологических защит.

Тема 6: Отсроченные реакции на стресс. Психология горя. Психологическая профилактика суицидального поведения.

1. Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства.
2. Горе как процесс. Стадии переживания горя. «Нормальное» и «патологическое» горе.
3. Психологическое сопровождение сопереживающего горе.
4. Факторы суицидального риска.

Тема 7: Посттравматический стресс.

1. Посттравматические стрессовые расстройства.
2. Факторы, усиливающие страдания при ПТСР.
3. Нормальный посттравматический стресс.
4. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.

Тема 8: Особенности работы специалиста с разными группами участников экстремальных ситуаций. Стихийное массовое поведение.

1. Паника как экстремальная форма поведения толпы.
2. Способы профилактики паники. Средства борьбы с паникой.
3. Особенности переживания детьми стрессовых ситуаций.

Тема 9: Психологические аспекты терроризма.

1. Психологический портрет террориста и его жертвы.
2. Разновидности поведения заложников.
3. Стокгольмский синдром как разновидность поведения заложников.

Тема 10: Психология профессиональной деятельности.

1. Стадии цикла профессионализации. Профессиональная адаптация и дезадаптация в экстремальных трудовых условиях.
2. Личный (человеческий) фактор в происшествиях. Концепция безопасности Д. Петерсона.
3. Методы изучения происшествий в психологии.

Тема 11: Профессиональный стресс. Факторы, определяющие психологическую устойчивость специалиста.

1. Этапы психической адаптации специалиста к экстремальной ситуации.
2. Психологическая устойчивость.
3. Факторы психологической устойчивости специалиста.
4. Некоторые аспекты личной истории, определяющие психологическую устойчивость специалиста.

Тема 12: Экстремальные условия профессиональной деятельности.

1. Боевой стресс и военные действия. Профессиональная деятельность сотрудников ОВД и спасателей МЧС.
2. Экстремальность в спорте.
3. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности.

Тема 13: Психодиагностика экстремальных состояний личности.

1. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
2. Диагностика адаптационных возможностей человека.

Тема 14: Специфика психологической помощи пострадавшим во время психотравмирующих событий.

1. Технологии социально-психологической работы.
2. Принципы учета гендерных особенностей травмированных пострадавших в процессе психологической помощи.
3. Учет этнических особенностей жертв военных конфликтов в процессе реализации программы сопровождения.

Тема 15: Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях.

1. Экстренная психологическая помощь.
2. Психотерапия в экстремальных ситуациях.
3. Дебрифинг. Правила и особенности проведения.

5 ПРАКТИКУМ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**Практическое занятие №1 (2 ч.)****Тема 1: Введение в психологию экстремальных ситуаций.****Вопросы для обсуждения:**

1. История и этапы становления экстремальной психологии.
2. Особенности развития психологии экстремальных ситуаций в России.

3. Социальная значимость феномена психической травматизации.
4. Основные принципы, цели, задачи социально-психологического сопровождения как комплексной пролонгированной помощи людям с травматическим опытом.

Практическое занятие №2 (2 ч.)

Тема 4: Экстремальные ситуации. Виды, особенности.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния».
2. Понятие «экстремальная ситуация».
3. Чрезвычайные ситуации и катастрофы.
4. Катастрофическое сознание: структура, особенности, формирование.
5. Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.

Практическое занятие №3 (4 ч.)

Тема 5: Психология стрессовых ситуаций.

Вопросы для обсуждения:

1. Стресс: понятие, виды, характеристика.
2. Особенности влияния стресса на поведение и сознание человека.
3. Факторы стресса.
4. Признаки стресса.
5. Характеристика стресса как сверхадаптивного синдрома.
6. Понятие копинг- и совладающего поведения.
7. Виды копинг-поведения.
8. Понятие психологической защиты.
9. Виды психологических защит.
10. Обобщающая характеристика стресспреодолевающего поведения личности.

Практическое занятие №4 (2 ч.)

Тема 11: Посттравматический стресс.

Вопросы для обсуждения:

1. Психологическая травма. Виды психологических травм.
2. Посттравматические стрессовые расстройства.
3. Факторы, усиливающие страдания при ПТСР.
4. Нормальный посттравматический стресс.
5. Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах.
6. Потеря как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя.
7. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.

Практическое занятие №5 (2 ч.)

Тема 10: Психология профессиональной деятельности.

Вопросы для обсуждения:

1. Труд как фактор исторического развития. Труд как вид деятельности.
2. Проблемы развития профессионального самосознания. Стадии цикла профессионализации.
3. Профессиональная адаптация и дезадаптация в экстремальных трудовых условиях.
4. Личный (человеческий) фактор в происшествиях.
5. Концепция безопасности Д. Петерсона.
6. Методы изучения происшествий в психологии.

7. Типология «отказов» человека как звена эргатической системы и пути их преодоления.

Практическое занятие №6 (2 ч.)

Тема 12: Экстремальные условия профессиональной деятельности.

Вопросы для обсуждения:

1. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности.
2. Боевой стресс и военные действия.
3. Профессиональная деятельность сотрудников ОВД и спасателей МЧС.
4. Экстремальность в спорте.
5. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности.

Практическое занятие №7 (2ч.)

Тема 13: Психодиагностика экстремальных состояний личности.

Вопросы для обсуждения:

1. Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.
2. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
3. Диагностика адаптационных возможностей человека.

Практическое занятие №8 (2ч.)

Тема 14: Специфика психологической помощи пострадавшим во время психотравмирующих событий.

Вопросы для обсуждения:

1. Семья как объект психологической помощи.
2. Технологии социально-психологической работы с: пожилыми пострадавшими, детьми и подростками.
3. Специфика работы с молодежью в постконфликтных регионах.
4. Принципы учета гендерных особенностей травмированных пострадавших в процессе психологической помощи.
5. Учет этнических особенностей жертв военных конфликтов в процессе реализации программы сопровождения.

Практическое занятие №9 (4ч.)

Тема 15: Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях.

Вопросы для обсуждения:

1. Принципы оказания первой психологической помощи пострадавшим.
2. Экстренная психологическая помощь. Особенности и правила.
3. Психотерапия в экстремальных ситуациях.
4. Дебрифинг. Правила и особенности проведения.

Литература:

1. Кораблина, Е.П. Психологическая помощь: практ. пособие / Е.П. Кораблина, И.А. Акиндинова, А.А. Баканова, А.М. Родина; под ред. Е.П. Кораблиной. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 222 с. (10 экз.).

2. Мищенко, Л.В. Психическая травма. Социально-психологическое сопровождение и предотвращение рецидивов: учеб. пособие для вузов / Л.В. Мищенко. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 225 с. (5 экз.).

3. Суворова, Г.М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для академического бакалавриата / Г.М. Суворова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 183 с. (15 экз.).

4. Одинцова, М.А. Психология стресса: учебник и практикум для вузов / М.А. Одинцова, Н.Л. Захарова. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 299 с. (15 экз.).

5. Одинцова, М.А. Психология экстремальных ситуаций: учебник и практикум для академического бакалавриата / М.А. Одинцова, Е.В. Самаль. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 303 с. (15 экз.).

6 ДИДАКТИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ КОНТРОЛЯ (САМОКОНТРОЛЯ) УСВОЕННОГО МАТЕРИАЛА

6.1 Оценочные средства, показатели и критерии оценивания компетенций

Индекс компетенции	Оценочное средство	Показатели оценивания	Критерии оценивания сформированности компетенций
ПК-3	Собеседование	Низкий (неудовлетворительно)	Студент отвечает неправильно, нечетко и неубедительно, дает неверные формулировки, в ответе отсутствует какое-либо представление о вопросе
		Пороговый (удовлетворительно)	Студент отвечает неконкретно, слабо аргументировано и не убедительно, хотя и имеется какое-то представление о вопросе
		Базовый (хорошо)	Студент отвечает в целом правильно, но недостаточно полно, четко и убедительно
		Высокий (отлично)	Ставится, если продемонстрированы знание вопроса и самостоятельность мышления, ответ соответствует требованиям правильности, полноты и аргументированности.
ПК-4	Доклад, сообщение	Низкий (неудовлетворительно)	Доклад студенту не зачитывается если: <ul style="list-style-type: none"> • Студент не усвоил значительной части проблемы; • Допускает существенные ошибки и неточности при рассмотрении ее; • Испытывает трудности в практическом применении знаний; • Не может аргументировать научные положения; • Не формулирует выводов и обобщений; • Не владеет понятийным аппаратом.
Пороговый (удовлетворительно)		Задание выполнено более чем на половину. Студент обнаруживает знание и понимание основных положений задания, но: <ul style="list-style-type: none"> • Тема раскрыта недостаточно четко и 	

			<p>полно, то есть студент освоил проблему, по существу излагает ее, опираясь на знания только основной литературы;</p> <ul style="list-style-type: none"> • Допускает несущественные ошибки и неточности; • Испытывает затруднения в практическом применении полученных знаний; • Слабо аргументирует научные положения; • Затрудняется в формулировании выводов и обобщений; • Частично владеет системой понятий.
		Базовый (хорошо)	<p>Задание в основном выполнено:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студент твердо усвоил тему, грамотно и по существу излагает ее, опираясь на знания основной литературы; • Не допускает существенных неточностей; • Увязывает усвоенные знания с практической деятельностью; • Аргументирует научные положения; • Делает выводы и обобщения; • Владеет системой основных понятий.
		Высокий (отлично)	<p>Задание выполнено в максимальном объеме.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Студент глубоко и всесторонне усвоил проблему; • Уверенно, логично, последовательно и грамотно его излагает; • Опираясь на знания основной и дополнительной литературы, тесно привязывает усвоенные научные положения с практической деятельностью; • Умело обосновывает и аргументирует выдвигаемые им идеи; • Делает выводы и обобщения; • Свободно владеет понятиями.
ПК-3 ПК-4	Контрольная работа	отлично	<p>Оценка «отлично» ставится, если студент:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) выполнил работу без ошибок и недочётов; 2) допустил не более одного недочёта.
		хорошо	<p>Оценка «хорошо» ставится, если студент выполнил работу полностью, но допустил в ней:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) не более одной грубой ошибки и одного недочёта; 2) или не более двух недочётов.
		удовлетворительно	<p>Оценка «удовлетворительно» ставится,</p>

		если студент правильно выполнил не менее половины работы или допустил в ней: 1) не более двух грубых ошибок; 2) или не более одной грубой и одной негрубой ошибки и одного недочёта; или не более двух-трёх грубых ошибок.
	неудовлетворительно	Оценка «неудовлетворительно» ставится, если студент выполнил менее половины работы или допустил в ней: более трёх грубых ошибок.

6.2 Промежуточная аттестация студентов по дисциплине

Промежуточная аттестация является проверкой всех знаний, навыков и умений студентов, приобретённых в процессе изучения дисциплины. Формой промежуточной аттестации по дисциплине является зачет.

Для оценивания результатов освоения дисциплины применяется следующие критерии оценивания.

Критерии оценивания устного ответа на зачете

критерии оценивания компетенций (результатов):

- правильность, полнота и грамотность построения ответов на вопросы;
- умение оперировать специальными терминами;
- использование при ответе дополнительного материала;
- умение иллюстрировать теоретические положения практическими материалами.

описание шкалы оценивания:

Результаты сдачи зачета оцениваются отметкой **«зачтено»**, если студент усвоил 75% знаний по предмету, дает развернутый ответ на поставленный вопрос, раскрывает основные положения темы; в ответе прослеживается структура, логическая последовательность, отражающая сущность раскрываемых понятий, теорий, явлений. Ответ логичен и изложен в терминах науки. В ответе могут быть допущены недочеты, 1-2 ошибки, исправленные студентом с помощью преподавателя.

Результаты сдачи зачета оцениваются отметкой **«не зачтено»**, если студент не дает ответы по базовым вопросам дисциплины, либо дает неполный ответ, представляющий собой разрозненные знания по теме вопроса с существенными ошибками в определениях. Присутствуют фрагментарность, нелогичность изложения. Студент не осознает связь данного понятия, теории, явления с другими объектами дисциплины. Отсутствуют выводы, конкретизация и доказательность изложения. Речь неграмотная. Дополнительные и уточняющие вопросы преподавателя не приводят к коррекции ответа студента не только на поставленный вопрос, но и на другие вопросы дисциплины.

Критерии оценивания курсовой работы

Оценка 5 (отлично) ставится, если:

- Исследование выполнено самостоятельно, имеет научно-практический характер, содержит элементы новизны.
- Студент показал знание теоретического материала по рассматриваемой теме, умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщение и выводы.
- Материал излагается грамотно, логично, последовательно.
- Оформление отвечает требованиям написания курсовой работы.

- Во время защиты курсовой работы, студент показал умение кратко, доступно (яно) предоставить результаты исследования, адекватно ответить на поставленные вопросы по теме курсовой работы.

Оценка 4 (хорошо) ставится, если:

- Исследование выполнено самостоятельно, имеет научно-практический характер, содержит элементы новизны.
- Студент показал знание теоретического материала по рассматриваемой теме, умение анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщение и выводы.
- Материал не всегда излагается логично, последовательно.
- Имеются недочёты в оформлении курсовой работы.
- Во время защиты курсовой работы, студент показал умение кратко, доступно (яно) предоставить результаты исследования, однако затруднялся отвечать на поставленные вопросы по теме курсовой работы.

Оценка 3 (удовлетворительно) ставится, если:

- Исследование не содержит элементы новизны.
- Студент не в полной мере владеет теоретическим материалом по рассматриваемой теме, не может анализировать, аргументировать свою точку зрения, делать обобщение и выводы у него вызывает затруднения.
- Материал не всегда излагается логично, последовательно.
- Тема исследования раскрыта не полностью.
- Во время защиты курсовой работы, студент затрудняется в предоставлении результатов исследования и ответах на поставленные вопросы по теме.

Оценка 2 (неудовлетворительно) ставится, если:

- Выполнено менее 50% требований к курсовой работе (см. оценку»5») и студент не допущен к защите курсовой работы.

6.3 Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки результатов освоения дисциплины

Примерный перечень контрольных вопросов для собеседования

1. Влияние экстремальных ситуаций на человека.
2. Субъекты экстремальной ситуации. Классификация участников экстремальных ситуаций
3. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.
4. Понятия «экстремальные условия», «экстремальные состояния» и «экстремальная ситуация». Чрезвычайные ситуации и катастрофы.
5. Стресс: понятие, история изучения и современные представления. Виды, характеристика. Психофизиологическая природа стресса.
6. Психологическая помощь при острых реакциях на стресс.
7. Понятие копинг- и совладающего поведения. Виды копинг-поведения.
8. Понятие психологической защиты. Виды психологических защит.
9. Горе как процесс. Стадии переживания горя. «Нормальное» и «патологическое» горе. Задачи горя.
10. Психологическое сопровождение сопереживающего горе.
11. Определение суицидального поведения. Индикаторы суицидального риска. Факторы суицидального риска.
12. Психологическая травма. Виды психологических травм.
13. Посттравматические стрессовые расстройства. Факторы, усиливающие страдания при ПТСР. Нормальный посттравматический стресс.
14. Потеря как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя.

15. Толпа как форма стихийного массового поведения. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.
16. Паника как экстремальная форма поведения толпы. Способы профилактики паники. Средства борьбы с паникой.
17. Терроризм как особый вид человеческой деятельности. Психологический портрет террориста и его жертвы.
18. Особенности переживания детьми стрессовых ситуаций.
19. Разновидности поведения заложников. Стокгольмский синдром как разновидность поведения заложников.
20. Диагностика адаптационных возможностей человека.
21. Технологии социально-психологической работы.
22. Экстренная психологическая помощь.
23. Психотерапия в экстремальных ситуациях.

Примерная тематика рефератов (докладов, сообщений)

1. Виды профессиональной деятельности, сопряженной с экстремальными ситуациями.
2. Психологические особенности деятельности оперативного сотрудника МЧС.
3. Психологические особенности деятельности сотрудника пожарной охраны.
4. Психологические особенности деятельности диспетчера аэропорта.
5. Психологические аспекты горя.
6. Агрессия в межличностных отношениях.
7. Природа посттравматического стресса.
8. Формы и типы активности человека в напряженных и экстремальных ситуациях.
9. Надежность деятельности человека в экстремальных ситуациях.
10. Устойчивость и толерантность человека к экстремальным ситуациям.
11. Оказание психологической помощи пострадавшим в экстремальной ситуации.
12. Экстремальные ситуации в социальном конфликте.
13. Экстремальные ситуации в этническом конфликте.
14. Война и экстремальные ситуации.
15. Индивидуальные различия в реагировании на экстремальную ситуацию.
16. Фрустрация и стресс в экстремальной ситуации.
17. Перемена в жизни как напряженная ситуация.

Вопросы для текущего контроля

1. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.
2. Понятия «экстремальные условия», «экстремальные состояния» и «экстремальная ситуация». Чрезвычайные ситуации и катастрофы.
3. Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования.
4. Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.
5. Стресс: понятие, история изучения и современные представления. Виды, характеристика. Психофизиологическая природа стресса.
6. Психологическая помощь при острых реакциях на стресс.
7. Понятие копинг- и совладающего поведения. Виды копинг-поведения.
8. Понятие психологической защиты. Виды психологических защит.
9. Обобщающая характеристика стресспреодолевающего поведения личности.
10. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство: соотношение понятий. Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства
11. Горе как процесс. Стадии переживания горя. «Нормальное» и «патологическое» горе. Задачи горя.

12. Психологическое сопровождение сопереживающего горе.
13. Психологическая травма. Виды психологических травм.
14. Посттравматические стрессовые расстройства. Факторы, усиливающие страдания при ПТСР. Нормальный посттравматический стресс.
15. Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах.
16. Толпа как форма стихийного массового поведения. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.
17. Паника как экстремальная форма поведения толпы. Способы профилактики паники. Средства борьбы с паникой.
18. Терроризм как особый вид человеческой деятельности. Психологический портрет террориста и его жертвы.
19. Разновидности поведения заложников. Стокгольмский синдром как разновидность поведения заложников.
20. Понятие профессионального стресса. Этапы психической адаптации специалиста к экстремальной ситуации. Психологическая устойчивость.
21. Факторы психологической устойчивости специалиста. Некоторые аспекты личной истории, определяющие психологическую устойчивость специалиста.
22. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности. Экстремальность в спорте.
23. Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.
24. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
25. Семья как объект психологической помощи.
26. Технологии социально-психологической работы.
27. Специфика работы с молодежью в постконфликтных регионах.
28. Экстренная психологическая помощь.
29. Психотерапия в экстремальных ситуациях.
30. Дебрифинг. Правила и особенности проведения.

Темы контрольных работ

1. Причины возникновения психологии экстремальных ситуаций.
2. Жизненное событие и его виды.
3. Экстремальные ситуации в предметно-профессиональной деятельности и повседневной жизни.
4. Первичные реакции человека на экстремальные ситуации.
5. Влияние экстремальных ситуаций на познавательные процессы человека.
6. Характеристика травматической стрессовой ситуации. Условия восприятия человеком сильного стресса как травматического.
7. Факторы, влияющие на степень воздействия на человека сильной стрессовой ситуации. Стратегии поведения людей, получивших психическую травму.
8. Феномен компульсивного поведения. Динамика переживания травматической ситуации.
9. Условия возникновения ПТСР. Группы риска развития ПТСР.
10. Симптомы депрессивного состояния. Феноменология суицида. Виды суицидов. Факторы, формирующие суицидальные намерения.
11. Факторы, усугубляющие тяжесть горевания.
12. Ситуации, вызывающие психосоматические реакции. Общие механизмы преодоления ситуации тяжелого психосоматического заболевания.
13. Профилактика ПТСР. Оказание психологической помощи пострадавшим при чрезвычайных ситуациях.
14. Факторы риска возникновения посттравматического стрессового расстройства.
15. Особенности поведения детей, переживших утрату родителя. Патологические реакции

- детей, переживших утрату.
16. Профессиональное здоровье специалиста. Профессиональное развитие.
 17. Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.
 18. Динамика работоспособности и типы адаптации человека в особо измененных условиях существования.
 19. Особенности организации психологического обеспечения специалистов работающих в экстремальных ситуациях.
 20. Способы организации неотложной психологической помощи при деятельности в экстремальных ситуациях.
 21. Основные методы психологической подготовки к действиям в экстремальных ситуациях.
 22. Виды кризисов. Причины возникновения кризисов. Стадии протекания кризиса. Динамика изменения самосознания в период кризиса. Кризис как психологическое последствие воздействия экстремальной ситуации.
 23. Требования к психологу, оказывающему помощь пострадавшим в экстремальных ситуациях.
 24. Этические аспекты в работе практического психолога с лицами, перенесшими травматический стресс.

Примерные темы курсовых работ

1. Профессиональный стресс и особенности эмоционального выгорания в экстремальной ситуации.
2. Структура экстремального опыта (на примере участников экстремальных игр).
3. Связь поиска острых ощущений с рискованным поведением.
4. Трансформация смысла личности в кризисной ситуации.
5. Феномен подростковой экстремальности.
6. Трансформация смысловых структур жизненного мира человека под воздействием СМИ.
7. Взаимосвязь когнитивных и эмоциональных процессов при просмотре экстремальных сюжетов.
8. Исследование проявлений оптимизма в кризисной ситуации человека.
9. Психологические характеристики посттравматического роста личности после утраты.
10. Совладание и трансформация представлений о себе в процессе адаптации при потере здоровья.
11. Связь страдания и роста личности в ситуации экстремального модуса бытия личности
12. Позитивные последствия после утраты близкого человека.
13. Трансформация восприятия угрозы в результате воздействия СМИ.
14. Кризис среднего возраста и его влияние на динамику семейных взаимоотношений.
15. Рисковое поведение у подростков.
16. Психологический анализ феномена подростковой экстремальности.
17. Синдром выгорания у специалистов помогающих профессий.
18. Межкультурные различия психологических переживаний при утрате близких
19. Специфика нарративной работы личности в ситуации утраты
20. Трансформация смысловой структуры жизненного мира человека в процессе переживания горя.
21. Специфика (феномена страха) образа смерти у людей пожилого возраста.
22. Виды конструктивной работы личности в транзитной ситуации.
23. Трансформация личности родителя ребенка-инвалида.
24. Копинговые механизмы в саморегуляции поведения.
25. Конструирование жизненных миров в дискурсивных практиках.
26. Анализ трансгрессивных состояний в арттерапевтической работе с подростками.

27. Характер связи страха успеха и мотивации достижения.
28. Значение успеха и неудачи в процессах мотивации достижения.
29. Индивидуальные различия в проявлении страха успеха.
30. Типология негативных эмоциональных состояний и способы их преодоления.
31. Специфика компульсивного повторения дистрессового опыта в семейной жизни.
32. Психологические детерминанты ревности у взрослого человека.
33. Защитные механизмы и стратегия поведения в межличностном конфликте.
34. Значение, уровни и формы проявления эмпатии в психологической помощи.
35. Специфика работы психолога с образной сферой клиента в ходе оказания психологической помощи.
36. Трансформация смысла в процессе групповой психологической помощи.
37. Трансформация способности к заботе о Другом при профессиональном обучении студентов-психологов.
38. Анализ психологических детерминант обращения людей к духовным практикам
39. Психологический анализ феномена заботы у людей помогающих профессий.
40. Диаспоральная идентичность.
41. Сепарация/индивидуация в становлении этнической идентичности.
42. Идентичность человека в социальных сетях.
43. Проблема идентичности в мультикультурном и полиэтническом обществе
44. Разрушение и создание идентичности в мультикультуральных процессах и иммиграции.
45. Российская мультикультурная идентичность

Примерный перечень вопросов к зачету

1. История и этапы становления экстремальной психологии. Особенности развития психологии экстремальных ситуаций в России.
2. Теоретический и практический аспекты психологии экстремальных ситуаций. Категориальный аппарат психологии экстремальных ситуаций: чрезвычайная, экстремальная, кризисная ситуации.
3. Влияние экстремальных ситуаций на человека.
4. Субъекты экстремальной ситуации. Классификация участников экстремальных ситуаций
5. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.
6. Понятия «экстремальные условия», «экстремальные состояния» и «экстремальная ситуация». Чрезвычайные ситуации и катастрофы.
7. Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования.
8. Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.
9. Стресс: понятие, история изучения и современные представления. Виды, характеристика. Психофизиологическая природа стресса.
10. Кривая развития стрессовой ситуации. Особенности влияния стресса на поведение и сознание человека. Факторы стресса.
11. Признаки стресса. Характеристика стресса как сверхадаптивного синдрома.
12. Понятие о стрессоустойчивости. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса.
13. Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.
14. Психологическая помощь при острых реакциях на стресс.
15. Понятие копинг- и совладающего поведения. Виды копинг-поведения.
16. Понятие психологической защиты. Виды психологических защит.
17. Обобщающая характеристика стресспреодолевающего поведения личности.
18. Стресс, травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство: соотношение понятий. Диагностические критерии посттравматического стрессового расстройства

19. Горе как процесс. Стадии переживания горя. «Нормальное» и «патологическое» горе. Задачи горя.
20. Психологическое сопровождение сопереживающего горе.
21. Определение суицидального поведения. Индикаторы суицидального риска. Факторы суицидального риска.
22. Психологическая травма. Виды психологических травм.
23. Посттравматические стрессовые расстройства. Факторы, усиливающие страдания при ПТСР. Нормальный посттравматический стресс.
24. Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах.
25. Потеря как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя.
26. Толпа как форма стихийного массового поведения. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.
27. Паника как экстремальная форма поведения толпы. Способы профилактики паники. Средства борьбы с паникой.
28. Терроризм как особый вид человеческой деятельности. Психологический портрет террориста и его жертвы.
29. Особенности переживания детьми стрессовых ситуаций.
30. Разновидности поведения заложников. Стокгольмский синдром как разновидность поведения заложников.
31. Труд как фактор исторического развития человека. Труд как вид деятельности. Проблемы развития профессионального самосознания. Стадии цикла профессионализации.
32. Профессиональная адаптация и дезадаптация в экстремальных трудовых условиях. Личный (человеческий) фактор в происшествиях.
33. Концепция безопасности Д. Петерсона. Методы изучения происшествий в психологии.
34. Типология «отказов» человека как звена эргатической системы и пути их преодоления.
35. Понятие профессионального стресса. Этапы психической адаптации специалиста к экстремальной ситуации. Психологическая устойчивость.
36. Факторы психологической устойчивости специалиста. Некоторые аспекты личной истории, определяющие психологическую устойчивость специалиста.
37. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности.
38. Боевой стресс и военные действия. Профессиональная деятельность сотрудников ОВД и спасателей МЧС.
39. Экстремальность в спорте.
40. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности.
41. Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.
42. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов.
43. Диагностика адаптационных возможностей человека.
44. Семья как объект психологической помощи.
45. Технологии социально-психологической работы.
46. Специфика работы с молодежью в постконфликтных регионах.
47. Принципы учета гендерных особенностей травмированных пострадавших в процессе психологической помощи.
48. Учет этнических особенностей жертв военных конфликтов в процессе реализации программы сопровождения.
49. Принципы оказания первой психологической помощи пострадавшим.
50. Экстренная психологическая помощь.
51. Психотерапия в экстремальных ситуациях.
52. Дебрифинг. Правила и особенности проведения.

7 ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ

Информационные технологии – обучение в электронной образовательной среде с целью расширения доступа к образовательным ресурсам, увеличения контактного взаимодействия с преподавателем, построения индивидуальных траекторий подготовки, объективного контроля и мониторинга знаний студентов.

В образовательном процессе по дисциплине используются следующие информационные технологии, являющиеся компонентами Электронной информационно-образовательной среды БГПУ:

- Официальный сайт БГПУ;
- Корпоративная сеть и корпоративная электронная почта БГПУ;
- Система электронного обучения ФГБОУ ВО «БГПУ»;
- Электронные библиотечные системы;
- Мультимедийное сопровождение лекций и практических занятий.

8 ОСОБЕННОСТИ ИЗУЧЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ ИНВАЛИДАМИ ИЛИ ЦАМИ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья применяются адаптивные образовательные технологии в соответствии с условиями, изложенными в раздел «Особенности организации образовательного процесса по образовательным программам для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья» основной образовательной программы (использование специальных учебных пособий и дидактических материалов, специальных технических средств обучения коллективного и индивидуального пользования, предоставление услуг ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь и т.п.) с учётом индивидуальных особенностей обучающихся.

9 СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ И ИНФОРМАЦИОННЫХ РЕСУРСОВ

9.1 Литература

1. Кораблина, Е.П. Психологическая помощь: практ. пособие / Е.П. Кораблина, И.А. Акиндинова, А.А. Баканова, А.М. Родина; под ред. Е.П. Кораблиной. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 222 с. (10 экз.).
2. Мищенко, Л.В. Психическая травма. Социально-психологическое сопровождение и предотвращение рецидивов: учеб. пособие для вузов / Л.В. Мищенко. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 225 с. (5 экз.).
3. Суворова, Г.М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для академического бакалавриата / Г.М. Суворова. – 2-е изд., испр. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 183 с. (15 экз.).
4. Одинцова, М.А. Психология стресса: учебник и практикум для вузов / М.А. Одинцова, Н.Л. Захарова. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 299 с. (15 экз.).
5. Одинцова, М.А. Психология экстремальных ситуаций: учебник и практикум для академического бакалавриата / М.А. Одинцова, Е.В. Самаль. – М.: Издательство Юрайт, 2019. – 303 с. (15 экз.).

9.2 Базы данных и информационно-справочные системы

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

2. Информационно-просветительский портал «Электронные журналы» www.gumer.info библиотека Гумер - <http://www.eduhmao.ru>
3. Научная электронная библиотека «Elibrary» - <http://elibrary.ru>
4. Портал научной электронной библиотеки - <http://elibrary.ru/defaultx.asp>.
5. Портал Электронная библиотека: диссертации - <http://diss.rsl.ru/?menu=disscatalog>.
6. Психология онлайн - электронная библиотека психолога - <http://www.psychological.ru/>
7. Российский портал открытого образования - <http://www.openet.ru/University.nsf/>
8. Сайт Министерства науки и высшего образования РФ. - Режим доступа: <https://minobrnauki.gov.ru>.
9. Сайт Федеральной службы по надзору в сфере образования и науки. - Режим доступа: <http://www.obrnadzor.gov.ru/ru>.
10. Федеральный портал «Российское образование» - <http://www.edu.ru>.
11. Электронная библиотека Куб - www.koob.ru

10 МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКАЯ БАЗА

Для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации используются аудитории, оснащённые учебной мебелью, аудиторной доской, компьютером с установленным лицензионным специализированным программным обеспечением, с выходом в электронно-библиотечную систему и электронную информационно-образовательную среду БГПУ, мультимедийными проекторами, экспозиционными экранами, учебно-наглядными пособиями (мультимедийные презентации).

Самостоятельная работа студентов организуется в аудиториях оснащенных компьютерной техникой с выходом в электронную информационно-образовательную среду вуза, в специализированных лабораториях по дисциплине, а также в залах доступа в локальную сеть БГПУ, в лаборатории психолого-педагогических исследований и др.

Лицензионное программное обеспечение: операционные системы семейства Windows Linux, офисные программы Microsoft office, офисные программы Libreoffice, офисные программы OpenOffice, Adobe Photoshop, Matlab, DrWeb antivirus.

Разработчик: Чистякова О.Е., к. психол.н., доцент.

11 ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2019/2020 уч. г.
РПД обсуждена и одобрена для реализации в 2019/2020 уч. г. на заседании кафедры психологии (протокол №7 от 15.05.2019 г.).

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2020/2021 уч. г.
РПД пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2020/2021 уч. г. на заседании кафедры психологии (протокол №8 от 22.06.2020 г.). В РПД внесены следующие изменения и дополнения:

№ изменения: 1	
№ страницы с изменением: титульный лист	
Исключить:	Включить:
Текст: Министерство науки и высшего образования Российской Федерации	Текст: Министерство просвещения Российской Федерации

Утверждение изменений и дополнений в РПД для реализации в 2021/2022 уч. г.
РПД пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2021/2022 уч. г. на заседании кафедры психологии (протокол №7 от 14.04.2021 г.).