

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего
образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)»

УТВЕРЖДАЮ

Директор Таганрогского института
имени А.П. Чехова (филиала)
РГЭУ (РИНХ)

_____ Голобородько А.Ю.
«_____» _____ 20__ г.

**Рабочая программа дисциплины
Психология экстремальных ситуаций**

направление 37.03.01 Психология
направленность (профиль) 37.03.01.02 Психологическое консультирование и коучинг

Для набора _____ года

Квалификация
Бакалавр

КАФЕДРА психологии**Распределение часов дисциплины по семестрам**

Семестр (<Курс>.<Семестр на курсе>)	6 (3.2)		Итого	
	16 1/6			
Неделя	16 1/6			
Вид занятий	уп	рп	уп	рп
Лекции	32	32	32	32
Практические	32	32	32	32
Итого ауд.	64	64	64	64
Контактная работа	64	64	64	64
Сам. работа	44	44	44	44
Итого	108	108	108	108

ОСНОВАНИЕ

Учебный план утвержден учёным советом вуза от 29.08.2023 протокол № .

Программу составил(и): канд. психол. наук, Зав. каф., Холина О.А. _____

Зав. кафедрой: Холина О. А. _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1	получение обучающимися системных теоретических, научных и прикладных знаний о формировании представлений об основных теоретических
1.2	и прикладных проблемах психологических состояний в экстремальных ситуациях;

2. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

УК-8.1: Анализирует факторы вредного влияния на жизнедеятельность человека и идентифицирует их угрозы применительно к профессиональной деятельности, в том числе связанные с нарушениями техники безопасности
УК-8.2: Демонстрирует алгоритм поведения в чрезвычайных ситуациях природного, техногенного и социального характера и готов использовать приемы оказания первой помощи и участвовать в спасательных и восстановительных мероприятиях

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

Знать:
- психологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; - психологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в областях работы в экстремальных и кризисных ситуациях; - основные подходы к психологическому воздействию на индивида, группы и сообщества;
Уметь:
- анализировать психологические теории возникновения и развития психики в процессе эволюции, развития кризисных состояний у индивида; - прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях при воздействии экстремальных факторов; - профессионально воздействовать на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека в целях профилактики кризисных и экстремальных состояний;
Владеть:
- основными приемами диагностики, профилактики, экспертизы, коррекции психологических свойств и состояний, характеристик психических процессов, различных видов деятельности индивидов и групп в различных стрессовых состояниях; - критериями выбора психодиагностических и психокоррекционных методик; - навыками интерпретации полученных данных; - навыками построения базовых схем терапевтических, консультативных, тренинговых программ и т.д.; - навыками анализа своей деятельности как профессионального психолога с целью ее оптимизации, навыками психопрофилактики и психорегуляции.

3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Кварт	Часов	Компетенции	Литература
	Раздел 1. Психология кризисных ситуаций и состояний				
1.1	Психология трудных жизненных и экстремальных ситуаций. Соотношение понятий «среда» и «ситуация». Определение ситуации как отрезка жизненного пути, систему объективных и субъективных элементов (внешних и внутренних условий), которые возникают при взаимодействии личности и среды в определенный период времени. Подходы понимания соотношения объективного и субъективного в ситуации. Соотношение личности и ситуации: влияние ситуации на личность, создание личностью ситуации, восприятие одной и той же ситуации разными людьми и вариативность реагирования на нее. Признаки обыденной жизненной ситуации. Подходы понимания трудных жизненных ситуаций. Объективные и субъективные характеристики трудных жизненных ситуаций. Поведение человека в трудных жизненных ситуациях. Методы психологической защиты. Копинг-поведение. Адаптация личности к ситуации. Приспособление как стратегия адаптации. /Лек/	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3

1.2	<p>Оптимальные и экстремальные условия обитания. Возникновение экстремальных условий в профессиональной деятельности и быту, в общении. Когнитивные, ролевые, экзистенциальные и другие типы конфликтов, определяющие экстремальность условий жизни и труда. Паника как экстремальное состояние.</p> <p>Экстремальная или чрезвычайная ситуация, где источник угрозы обезличен (катастрофы, природные бедствия, войны, эпидемии и т.д.) и где источнику угрозы выступает другое лицо (потерпевшие от насильственных преступлений, террористические акты и т.д.). Объективные и субъективные характеристики чрезвычайных ситуаций. /Лек/</p>	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.3	<p>Рассмотрение кризисов в объективном контексте как части жизненного пути индивида. Понятие о «нормативном психологическом кризисе»: «кризис 6-7-летнего возраста», «кризис подросткового возраста», «кризис середины жизни» и др. Результат переживания возрастного кризиса является переходом на новую ступень развития организма и психики. Рассмотрение кризисов в субъективном контексте, так называемые «индивидуальные духовные кризисы», например, потеря смысла жизни. Рассмотрение кризисов в контексте субъект-объектного взаимодействия человека в жизненной ситуации, так называемые, «индивидуальные кризисы жизненного пути».</p> <p>Группы феноменов, называемых в психологии «переживание»: переживание как выражение субъективной окрашенности отражаемой реальности; переживание как набор эмоциональных реакций; переживание кризисной ситуации как внутренняя психическая деятельность, способствующая переработке содержания сознания в тяжелой жизненной ситуации. Динамика переживаний в период кризиса. /Лек/</p>	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.4	<p>Многозначность понятия стресса: стресс как событие, несущее дополнительную нагрузку; стресс как реакция; стресс как промежуточная переменная; стресс как трансактный процесс. Концепция адаптационного синдрома Г.Селье. Психобиология стресса. Группы психотравмирующих событий в зависимости от источника и масштаба их воздействия: страх войны, экологических бедствий; переживания, связанные с поступлением в школу или другое учреждение, трудностями освоения профессии, с атмосферой отвержения или враждебности со стороны соучеников или сотрудников; переживания при неправильном воспитании; психическая травматизация, обусловленная пребыванием в условиях отрыва от близких и т.д. Кратковременные действующие стрессоры. Продолжительно действующие стрессоры. Стрессоры активной деятельности. Стрессоры оценок. Стрессоры рассогласования деятельности. Физические и природные стрессоры. Шоковые психические травмы; психотравмирующие ситуации относительно кратковременного действия, но психологически очень значимые; хронически действующие психотравмирующие ситуации, затрагивающие основные ценностные ориентации ребенка; факторы эмоциональной депривации. Типы кризисных ситуаций в раннем, дошкольном возрасте и школьном возрасте. Характерологические и патохарактерологические реакции. Реакции, свойственные преимущественно детям. Реакции, свойственные преимущественно подросткам. Профилактика дезадаптаций у детей и подростков. /Лек/</p>	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3

1.5	Критерии диагностики ПТСР по Международной классификации болезней(МКБ 10). Критерии посттравматического стрессового расстройства по DSMIV.Распространенность посттравматических расстройств среди населения.Психодинамическая модель посттравматического стресса. Когнитивныеконцепции психической травмы. Соотношение последствийпосттравматического стресса и психосоциальных условий. Двухфакторнаятеория возникновения посттравматических стрессовых расстройств. Теорияпатологических ассоциативных эмоциональных сетей. Мультифактораяконцепция посттравматических стрессовых расстройств. /Пр/	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.6	Боевая психическая травма. Факторы и механизмы развития боевойпсихической травмы. Реакции боевого стресса: острые стрессовые реакции,преневротические и невротические реакции, стойкие изменения личности ипатохарактерологические реакции, реактивные психозы. Суицидальноеповедение как реакция боевого стресса. Аддиктивное поведение. Боевыестрессовые расстройства у раненых и контуженных. Отдаленные последствиябоевой психической травмы. Посттравматические расстройства у жертвпреступлений и сексуального насилия. Посттравматические последствия-террористической угрозы и ее последствия. Посттравматические стрессовыерасстройства у спасателей и т.д. /Пр/	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.7	Основные методы психологического исследования. Планированиепсихологического эксперимента. Современные теории психологическогоотестирования. Интерпретация и предоставление результатов. Осознаваемые компоненты психических состояний. Самооценка психических состояний и настроения. Доминирующее и актуальноепсихическое состояние. Индекс качества жизни, методы определения уровняблагополучия личности. Неосознаваемые компоненты психических состояний. Вегетативные проявления психических состояний. Экспрессивный компонентпсихических состояний. Проективные методы изучения психическихсостояний. Семантический дифференциал, как способ оценки психическихсостояний. Построение рельефа психического состояния. Временная перспектива и ее изменения в связи с переживаниемтравматического стресса. Методы исследования временной перспективы: Методика изучения временной перспективы Ф. Зимбардо, Методика «Линияжизни», Шкала ожидаемой продолжительности жизни DuRant, Шкалабезнадежности Бека (BESK), Шкала оценки протяженности субъективнойкартины будущего Alvos. /Пр/	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3

1.8	<p>Семантический дифференциал, как метод психологической диагностики личности при депрессивных расстройствах. Исследования уровня нервно-психического напряжения. Психодиагностическая методика для определения невротических и неврозоподобных нарушений (ОНР). Исследования степени напряженности, нервно-психической устойчивости, методика «Прогноз». Особенности применения и диагностические возможности методик. Возрастные особенности диагностики психических состояний. Диагностика психических состояний дошкольников: родительская анкета для оценки травматических переживаний детей. Диагностика психических состояний младших школьников. Диагностика психических состояний подростков. Диагностика психических состояний взрослых. Диагностика стресса. Опросник, определяющий склонность к развитию стресса (по Т. А. Немчину и Тейлору). Исследование депрессии, чувства одиночества. Особенности применения и диагностические возможности методик. Тревожность, фрустрация, агрессия. Методы исследования агрессивности. /Пр/</p>	6	8	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3
1.9	<p>Понимание жизни и смерти в экзистенциально-гуманистической парадигме. Влияние на личность опыта столкновения со смертью. Понятие и виды потери. Картина острого горя. Уровни работы с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе. Особенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Возможности тренинга по краткосрочной позитивной терапии в психологическом сопровождении переживающих утрату. Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии и паллиативной медицины. Основные положения и принципы паллиативного ухода. Терминальные состояния как предмет психологической работы. Особенности терминальных состояний вне зависимости от происхождения и клинической картины. Психологические и социальные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания). Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (по Э. Кублер-Росс). Основные задачи психологической помощи на каждой стадии. Параметры психического статуса больного для оценки возможностей психологического сопровождения (А.В. Гнездилов, 2007). Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболевания (по А.В. Гнездилову). Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающими больными. Психотерапия терминальных больных. Психотерапия средой: психотерапевтическая этика хосписной службы, принципы взаимодействия и возможности невербальной терапии, терапия домашними животными. Звукотерапия (в том числе психотерапия посредством колокольного звона) и фитотерапия. Сказко-, театр- и куклотерапия: психотерапевтический театр Комтемук, Доктор-кукла (по А. Греф и Л. Соколовой), Духовный аспект работы с умирающими. Профессиональная и личная позиция консультанта при работе с терминальными больными. Психотерапевтические возможности прощения. Психологическая поддержка родственников терминальных больных до и после смерти больно- /Ср/</p>	6	44	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3 Л2.1 Л2.2 Л2.3

1.10	Зачет с оценкой /ЗачётСОц/	6	0	УК-8.1 УК-8.2	Л1.1 Л1.2 Л1.3Л2.1 Л2.2 Л2.3
------	----------------------------	---	---	---------------	------------------------------------

4. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

Структура и содержание фонда оценочных средств для проведения текущей и промежуточной аттестации представлены в Приложении 1 к рабочей программе дисциплины.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

5.1. Основная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л1.1		Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм: учебник	Санкт-Петербург: Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458103 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.2	Шойгу Ю.С.	Психология экстремальных ситуаций. Учебник для вузов	Санкт-Петербург: Питер, 2019	https://ibooks.ru/reading.php?short=1&productid=359231 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л1.3	Маренчук, Ю. А., Прасолова, О. В.	Психология экстремальных ситуаций: учебное пособие (практикум)	Ставрополь: Северо-Кавказский федеральный университет, 2018	http://www.iprbookshop.ru/92739.html неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

5.2. Дополнительная литература

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год	Колич-во
Л2.1	Малкина-Пых, Ирина Германовна	Экстремальные ситуации: справ. практ. психолога	М.: Эксмо, 2005	1
Л2.2	Козьяков Роман	Экстремальная психология: учебно-методический комплекс дисциплины: учебно-методический комплекс	Москва: Директ-Медиа, 2013	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210575 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей
Л2.3	Белашева И. В., Суворова А. В., Польшакова И. Н., Осипова Н. В., Ершова Д. А.	Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие	Ставрополь: Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2016	http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458913 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей

5.3 Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

<https://psytests.org> - база данных психологических тестов онлайн

5.4. Перечень программного обеспечения

Microsoft Office

5.5. Учебно-методические материалы для студентов с ограниченными возможностями здоровья

При необходимости по заявлению обучающегося с ограниченными возможностями здоровья учебно-методические материалы предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям здоровья и восприятия информации. Для лиц с нарушениями зрения: в форме аудиофайла; в печатной форме увеличенным шрифтом. Для лиц с нарушениями слуха: в форме электронного документа; в печатной форме. Для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата: в форме электронного документа; в печатной форме.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Помещения для проведения всех видов работ, предусмотренных учебным планом, укомплектованы необходимой специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения. Для проведения лекционных занятий используется демонстрационное оборудование. Лабораторные занятия проводятся в компьютерных классах, рабочие места в которых оборудованы необходимыми лицензионными программными средствами и выходом в Интернет.

7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Методические указания по освоению дисциплины представлены в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины.