|  |
| --- |
| Министерство науки и высшего образования Российской ФедерацииФедеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования «Ростовский государственный экономический университет (РИНХ)» |
|  | УТВЕРЖДАЮДиректор Таганрогского института имени А.П. Чехова (филиала)РГЭУ (РИНХ)\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Голобородько А.Ю.«\_\_\_\_» \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 20\_\_\_г. |
|  |
|  |  |
| **Рабочая программа дисциплины****Психология экстремальных ситуаций** |
|  |  |
| направление 37.03.01 Психологиянаправленность (профиль) 37.03.01.02 Психологическое консультирование и коучинг |
|  |  |
| Для набора 2021 года |
|  |  |
| КвалификацияБакалавр |

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01.02-21-2-ПСХOZ.plx |  |  | стр. 2 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | КАФЕДРА |  | **психологии** |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **Распределение часов дисциплины по семестрам** |  |  |  |  |  |
|  | Семестр(<Курс>.<Семестр на курсе>) | **7 (4.1)** | Итого |  |  |  |  |  |
|  | Недель | 13 4/6 |  |  |  |  |  |
|  | Вид занятий | УП | РП | УП | РП |  |  |  |  |  |
|  | Лекции | 24 | 24 | 24 | 24 |  |  |  |  |  |
|  | Практические | 24 | 24 | 24 | 24 |  |  |  |  |  |
|  | Итого ауд. | 48 | 48 | 48 | 48 |  |  |  |  |  |
|  | Кoнтактная рабoта | 48 | 48 | 48 | 48 |  |  |  |  |  |
|  | Сам. работа | 60 | 60 | 60 | 60 |  |  |  |  |  |
|  | Итого | 108 | 108 | 108 | 108 |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | **ОСНОВАНИЕ** |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  | Учебный план утвержден учёным советом вуза от 26.04.2022 протокол № 9/1.Программу составил(и): канд. психол. наук, Зав. каф., Холина О.А. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Зав. кафедрой: Холина О. А. \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01.02-21-2-ПСХOZ.plx |  |  |  |  |  | стр. 3 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **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 приёмами 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 психопрофилактика и психорегуляции. |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **3. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ** |
| **Код занятия** | **Наименование разделов и тем /вид занятия/** | **Семестр / Курс** | **Часов** | **Компетен-****ции** | **Литература** |
|  | **Раздел 1. Психология кризисных ситуаций и состояний** |  |  |  |  |
| 1.1 | Психология трудных жизненных и экстремальных ситуаций.Соотношение понятий «среда» и «ситуация». Определение ситуации какотрезок жизненногопути, систему объективных и субъективных элементов(внешних и внутренних условий), которыевозникают при взаимодействииличности и среды в определенный период времени. Подходы пони-маниясоотношения объективного и субъективного в ситуации. Соотношениеличности и ситуации:влияние ситуации на личность, создание личностьюситуации, восприятие одной и той же ситуации разными людьми ивариативность реагирования на нее. Признаки обыденной жизненной ситуации. Подходы понимания трудныхжизненных ситуаций. Объективные и субъективные характеристики трудныхжизненных ситуаций.Поведение человека в трудных жизненных ситуациях. Методыпсихологической защиты. Копинг-поведение. Адаптация личности к ситуации.Приспособление как стратегия адаптации. /Лек/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01.02-21-2-ПСХOZ.plx |  |  |  |  |  | стр. 4 |
| 1.2 | Оптимальные и экстремальные условия обитания. Возникновениеэкстремальных условий впрофессиональной деятельности и быту, в общении.Когнитивные, ролевые, экзистенциональные идругие типы конфликтов,определяющие экстремальность условий жизни и труда. Паника какэкстре-мальное состояние.Экстремальная или чрезвычайная ситуация, где источник угрозы обезличен(катастрофы, при-родные бедствия, войны, эпидемии и т.д.) и где источникомугрозы выступает другое лицо (потер-певшие от насильственных преступлений,террористические акты и т.д.). Объективные и субъектив-ные характеристикичрезвычайных ситуаций. /Лек/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |
| 1.3 | Рассмотрение кризисов в объективном контексте как части жизненногопути индивида. Понятие о «нормативном психологическом кризисе»: «кризис6-7-летнего возраста», «кризис подростко-вого возраста», «кризис серединыжизни» и др. Результат переживания возрастного кризиса является переходомна новую ступень развития организма и психики. Рассмотрение кризисов всубъективном контексте, так называемые «индивидуальные духовныекризисы», например, утеря смысла жизни. Рассмотрение кризисов в контекстесубъект-объектного взаимодействия человека в жизненной ситуации, такназываемые, «индивидуальные кризисы жизненного пути».Группы феноменов, называемых в психологии «переживание»:переживание как выражениесубъективной окрашенности отражаемойреальности; переживание как набор эмоциональных реак-ций; переживаниекризисной ситуации как внутренняя психическая деятельность,способствующаяпереработке содержания сознания в тяжелой жизненнойситуации. Динамика переживаний в периодкризиса. /Лек/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |
| 1.4 | Многозначность понятия стресса: стресс как событие, несущеедополнительную нагрузку;стресс как реакция; стресс как промежуточная переменная; стресс как трансактный процесс. Концепция адаптационногосиндрома Г.Селье. Психофизиология стресса. Группы психотравмирующих событий в зависимости от источника имасштаба их воздействия: страх войны, экологических бедствий; переживания,связанные с поступлением в школу илидругое учреждение, трудностямиосвоения профессии, с атмосферой отвержения или враждебностисо сторонысоучеников или сотрудников; переживания при неправильном воспитании;психическаятравматизация, обусловленная пребыванием в условиях отрыва отблизких и т.д. Кратковременнодействующие стрессоры. Продолжительнодействующие стрессоры. Стрессоры активной деятельно-сти. Стрессоры оценок.Стрессоры рассогласования деятельности. Физические и природные стрессо-ры. Шоковые психические травмы; психотравмирующие ситуацииотносительно кратковременно-го действия, но психологически очень значимые;хронически действующие психотравмирующие ситуации, затрагивающиеосновные ценностные ориентации ребенка; факторы эмоциональной депривации. Типы кризисных ситуаций в раннем, дошкольном возрасте ишкольном возрасте.Характерологические и патохарактерологические реакции.Реакции, свойственные преимущественнодетям. Реакции, свойственныепреимущественно подросткам. Профилактика дезадаптаций у детей иподростков. /Лек/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01.02-21-2-ПСХOZ.plx |  |  |  |  |  | стр. 5 |
| 1.5 | Критерии диагностики ПТСР по Международной классификации болезней(МКБ 10). Крите-рии посттравматического стрессового расстройства по DSMIY.Распространенность посттравматиче-ских расстройств среди населения.Психодинамическая модель посттравматического стресса. Когни-тивныеконцепции психической травмы. Соотношение последствийпосттравматического стресса ипсихосоциальных условий. Двухфакторнаятеория возникновения посттравматическиъ стрессовыхрасстройств. Теорияпатологических ассоциативных эмоциональных сетей. Мультифактораяконцеп-ция посттравматических стрессовых расстройств. /Пр/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |
| 1.6 | Боевая психическая травма. Факторы и механизмы развития боевойпсихической травмы. Ре-акции боевого стресса: острые стрессовые реакции,преневротические и невротические реакции,стойкие изменения личности ипатохарактерологические реакции, реактивные психозы. Суицидаль-ноеповедение как реакция боевого стресса. Аддиктивное поведение. Боевыестрессовые расстройствау раненых и контуженных. Отдаленные последствиябоевой психической травмы. Посттравматиче-ские расстройства у жертвпреступлений и сексуального насилия. Посттравматические последствия-террористической угрозы и ее последствия. Посттравматические стрессовыерасстройства у спасате-лей и т.д. /Пр/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |
| 1.7 | Основные методы психологического исследования. Планированиепсихологического эксперимента. Современные теории психологическоготестирования. Интерпретация и предоставление ре-зультатов. Осознаваемые компоненты психических состояний. Самооценка психических состояний и настроения. Доминирующее и актуальноепсихическое состояние. Индекс качества жизни, методыопределения 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 исследованиявременной перспективы: Методика изучения временной перспективы Ф. Зимбардо, Методика «Линияжизни», Шкала ожидаемой продолжительности жизни DuRant, Шкалабезнадежности Бека (BECK), Шкала оценки протяженности субъективнойкартины будущего Alvos. /Пр/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01.02-21-2-ПСХOZ.plx |  |  |  |  |  | стр. 6 |
| 1.8 | Семантический дифференциал, как метод психологической диагностикиличности при депрессивных расстройствах. Исследования уровня нервно-психического напряжения. Психодиагностиче-ская 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 дляоценки травматических переживаний детей. Диагностика психическихсостояний 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 исследованияагрессивности. /Пр/ | 7 | 6 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |
| 1.9 | Понимание жизни и смерти в экзистенциально-гуманистической парадигме. Влияние на лич-ность опыта столкновения со смертью. Понятие и виды потери. Картина острого горя. Уровни рабо-ты с горем. Задачи горевания. Основные принципы работы с клиентом, переживающим горе. Осо-бенности психологической помощи детям, переживающим утрату. Возможности тренинга по кратко-срочной позитивной терапии в психологическом сопровождении переживающих утрату.Понятие паллиативной терапии. Задачи паллиативной психотерапии иаллиативной медицины.Основные положения и принципы паллиативногоухода.Терминальные состояния как предмет психологической работы. Особенности терминальныхсостояний вне зависимости от происхождения и клинической картины. Психологические и социаль-ные проблемы умирающих (больных на терминальных стадиях заболевания).Стадии реагирования на неблагоприятный диагноз и известие о приближающейся смерти (поЭ. Кублер-Росс). Основные задачипсихологической помощи на каждой стадии. Параметры психиче-ского статуса больного для оценки возможностей психологического сопровождения (А.В. Гнездилов,2007). Психогенные реакции различных психологических типов больных на поздних стадиях заболе-вания (по А.В. Гнездилову). Некоторые аспекты психологической помощи в работе с умирающи-мибольными. Психотерапия терминальных больных. Психотерапия средой:психотерапевтическаяэтика хосписной службы, принципы взаимодействия ивозможности невербальной терапии, терапиядомашними животными.Звукотерапия (в том числе психотерапия посредством колокольного звона) ифитотерапия.Сказко-, театро- и куклотерапия: психотерапевтический театрКомтемук, Доктор-кукла (по А. Греф иЛ. Соколовой).Духовный аспект работы с умирающими.Профессиональная и личнаяпозиция консультанта при работе с терминальными больны-ми.Психотерапевтические возможности прощения.Психологическая поддержка родственников терминальных больных до ипосле смерти больно- /Ср/ | 7 | 56 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3 |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01.02-21-2-ПСХOZ.plx |  |  |  |  |  |  |  | стр. 7 |
| 1.10 | Зачет с оценкой /ЗачётСОц/ | 7 | 4 | УК-8.1 УК- 8.2 | Л1.3 Л1.1 Л1.2Л2.1 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 | Шойгу Ю.С. | Психология экстремальных ситуаций. Учебник для вузов | Санкт-Петербург: Питер, 2019 | https://ibooks.ru/reading. php? short=1&productid=3592 31 неограниченный доступ для зарегистрированных пользователей |
| Л1.2 | 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 |
| Л1.3 |  | 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 |
| **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)** |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| УП: 37.03.01.02-21-2-ПСХOZ.plx |  | стр. 8 |
| 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. |