

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«САХАЛИНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**Аннотация рабочей программы дисциплины  
Б1.В.ДВ.10.02 «ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ»**

название дисциплины

**20.03.01 Техносферная безопасность  
профиль «Безопасность жизнедеятельности в техносфере»**

направление (специальность), профиль (специализация)

**1. Цель освоения дисциплины**

Целью освоения дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» является получение студентами знаний о психологии экстремальности в жизни и в профессии, их возникновении и динамике развития, об основных способах преодоления и психологической помощи, о возможностях укрепления психологического здоровья и использования человеком собственных внутренних ресурсов, адаптационного и реабилитационного потенциала.

**2. Место дисциплины в структуре образовательной программы:**

Б1.В.ДВ.10.02 – Психология экстремальных ситуаций

Дисциплины, обязательные для предварительного изучения дисциплины «Психология экстремальных ситуаций»: Ноксология, Безопасность жизнедеятельности, Биология, Здоровый образ жизни, Физиология человека, Педагогика и психология и т.д.

Дисциплины, в которых используется материал данной дисциплины: Управление техносферной безопасностью, Организация и ведение АСР, Безопасность спасательных работ, Экологический мониторинг техносферы и т.д.

**3. Требования к результатам освоения содержания дисциплины**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению:

№ компетенции	Содержание компетенции
ОК-1	владением компетенциями сохранения здоровья (знание и соблюдение норм здорового образа жизни и физической культуры)
ОК-7	владением культурой безопасности и рискориентированным мышлением, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов в жизни и деятельности
ОК-15	готовностью пользоваться основными методами защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий
ОПК-3	способностью ориентироваться в основных нормативно-правовых актах в области обеспечения безопасности
ОПК-5	готовностью к выполнению профессиональных функций при работе в коллективе
ПК-1	способностью принимать участие в инженерных разработках среднего уровня сложности в составе коллектива
ПК-2	способностью разрабатывать и использовать графическую документацию
ПК-3	способностью оценивать риск и определять меры по обеспечению безопасности разрабатываемой техники
ПК-4	способностью использовать методы расчетов элементов технологического оборудования по критериям работоспособности и надежности
ПК-5	способностью ориентироваться в основных методах и системах обеспечения техносферной безопасности, обоснованно выбирать известные устройства, системы и методы защиты человека и окружающей среды от опасностей
ПК-6	способностью принимать участие в установке (монтаже), эксплуатации средств защиты
ПК-7	способностью организовывать и проводить техническое обслуживание, ремонт,

№ компетенции	Содержание компетенции
	консервацию и хранение средств защиты, контролировать состояние используемых средств защиты, принимать решения по замене (регенерации) средства защиты
ПК-10	способностью использовать знание организационных основ безопасности различных производственных процессов в чрезвычайных ситуациях
ПК-11	способностью организовывать, планировать и реализовывать работу исполнителей по решению практических задач обеспечения безопасности человека и окружающей среды
ПК-12	способностью применять действующие нормативные правовые акты для решения задач обеспечения безопасности объектов защиты
ПК-15	способностью проводить измерения уровней опасностей в среде обитания, обрабатывать полученные результаты, составлять прогнозы возможного развития ситуации
ПК-16	способностью анализировать механизмы воздействия опасностей на человека, определять характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики механизма токсического действия вредных веществ, энергетического воздействия и комбинированного действия вредных факторов
ПК-17	способностью определять опасные, чрезвычайно опасные зоны, зоны приемлемого риска
ПК-18	готовностью осуществлять проверки безопасного состояния объектов различного назначения, участвовать в экспертизах их безопасности, регламентированных действующим законодательством Российской Федерации
ПК-22	способностью использовать законы и методы математики, естественных, гуманитарных и экономических наук при решении профессиональных задач

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

**знать:**

- предмет, цели и задачи дисциплины;
- историю и этапы становления экстремальной психологии;
- понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния», «экстремальная ситуация», «психологическая травма», «виктимизация», «психологическое здоровье» и «реабилитационный потенциал»;
- этические нормы и особенности работы психолога в экстремальных ситуациях;
- принципы психологической диагностики личности в экстремальных ситуациях и правила оказания первой психологической помощи;
- правила и особенности проведения дебрифинга как вида экстренной психологической помощи;
- историю и этапы становления экстремальной психологии;
- понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния».

**уметь:**

- анализировать изменения в личности на фоне экстремальных событий, последствия экстремальных событий;
- анализировать формы и виды насилия, терроризма и экстремизма;
- анализировать структуру психологического здоровья, факторы виктимизации личности при экстремальных условиях, характеристики виктимных личностных типов, реабилитационный потенциал личности;
- определять визуально и методом опроса степень подверженности травматизации человека, пережившего экстремальную ситуацию;
- грамотно использовать метод тестов в диагностике ПТСР и адаптационных возможностей человека
- анализировать изменения в личности на фоне экстремальных событий, последствия экстремальных событий (войн, революций, несчастных случаев);
- дифференцировать понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния».

**владеть:**

- навыками анализа причин стремления человечества к экстремальности, анализа психологической готовности личности к экстремальному воздействию;
- навыками анализа позитивных и негативных последствий экстремальных ситуаций, анализа оздоровительных ресурсов личности в экстремальной ситуации, структурирования информации о катастрофах, чрезвычайных и экстремальных ситуациях;
- способами структурирования компонентов психологического здоровья личности, навыками анализа структуры виктимного личностного типа, анализа виктимного и жизнестойкого стилей преодоления экстремальных ситуаций, рефлексивными навыками;
- методами диагностики адаптационных возможностей человека, последствий экстремальных ситуаций и посттравматического стрессового расстройства; техниками помощи при острых реакциях на экстремальные ситуации;
- навыками анализа причин стремления человечества к экстремальности, анализа психологической готовности личности к экстремальному воздействию.

#### 4. Структура дисциплины «Психология экстремальных ситуаций»

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 часов.

**Заочная форма обучения:**

№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость (в часах)			Формы текущего контроля успеваемости (по неделям семестра)
			Л.З. (час)	П.З. (час)	СРС (час)	
1.	Понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния»	7	2	–	9	тестирование
2.	Экстремальные ситуации: виды и особенности	7	–	2	9	тестирование
3.	Экстремальные условия профессиональной деятельности	7	–	2	9	дискуссия
4.	Личность и группа в экстремальных ситуациях	7	2	1	9	тестирование, доклад
5.	Методологические проблемы психодиагностики экстремальных состояний личности	7	0	2	9	тестирование
6.	Психологическая помощь личности в экстремальных ситуациях	7	2	1	9	дискуссия, доклад
	<b>Итого:</b>	<b>7,8</b>	<b>6 л</b>	<b>8 п.з</b>	<b>54 с.р.</b>	<b>зачёт, контрольная работа</b>

#### 5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

а) основная литература:

1. Психология экстремальных ситуаций: учебник и практикум для академического бакалавриата / М.А. Одинцова, Е.В. Самаль. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – 303 с. – Серия : Бакалавр. Академический курс.
2. Основы психологической безопасности личности / А.В. Легкобыков, Б.И. Мишин, С.Р. Александрова. – М.: Дрофа, 2009. – 222 с.
3. Ромек, В.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях / В.Г. Ромек, В.А. Конторович, Е.И. Крукович. – СПб. : Питер, 2004.
4. Соловьева С.Л. Психология экстремальных состояний. – СПб. Питер, 2003.
5. Тарабрина, Н.В. Практикум по психологии посттравматического стресса / Н.В. Тарабрина. – СПб.: Питер, 2001.

б) дополнительная литература:

1. Абаева И.В. Теоретические и методические основы психологического консультирования [Электронный ресурс] : учебно-методическое пособие / И.В. Абаева. – Электрон. текстовые данные. – Владикавказ: Северо-Осетинский государственный педагогический институт, 2014. – 100 с. – 2227-8397. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/64552.html>

2. Баева, И. А. Тренинги психологической безопасности в школе / И.А. Баева. – СПб. : Речь, 2002. - 251 с.

3. Балинт, И. Психология безопасности труда / И. Балинт, М. Мурани. – М., 2008. – 184 с.

4. Бодров, В. А. Информационный стресс: Учебное пособие для вузов / В.А. Бодров. – М.: ПЕР СЭ, 2000. – 352 с.

5. Деркач, А.А. Профессиональная деятельность в особых и экстремальных условиях (психолого-акмеологические основы) / А.А. Деркач, В.Г. Зазыкин. – М. : РАГС, 2008. – 156 с.

6. Жариков, Е.С. Психологические средства стрессоустойчивости / Е.С. Жариков. — М.: МКЦ, 1995. – 21 с.

7. Журавлев, Г. Е. Культура безопасности и ментальность / Г. Е. Журавлев // Прикладная психология. – 1998. – № 3. – С. 44-48.

8. Котик, М.А. Психология и безопасность. – Таллин: Валгус, 2001. – 440 с.

9. Лазарус, Р. Теория стресса и психофизиологические исследования // Эмоциональный стресс / Под ред. Л. Леви. – Л.: Медицина, 2000. - 178 с.

10. Лепский, В.Е. Информационно-психологическая безопасность субъекта в изменяющемся обществе. – М.:ИПРАН, 1999.

11. Михалкин Н.В. Социальная психология [Электронный ресурс] : учебное пособие / Н.В. Михалкин. – Электрон. текстовые данные. – М. : Российский государственный университет правосудия, 2012. – 256 с. – 978-5-93916-311-8. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/14496.html>

12. Проблемы психологической безопасности [Электронный ресурс] / Ю.И. Александров [и др.]. – Электрон. текстовые данные. – М. : Институт психологии РАН, 2012. – 440 с. – 978-5-9270-0232-0. – Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/47537.html>

13. Психология экстремальных ситуаций: хрестоматия / сост. А.Е. Тарас, К.В. Сельченко. – М.:АСТ; Минск: Харвест, 2002. – 480 с.

14. Самосознание и защитные механизмы личности: хрестоматия / сост. Д.Я. Райгородский. – Самара: БАХРАХ-М, 2000. – 656 с.

15. Сухов, А.Н. Социальная психология безопасности / А.Н. Сухов. – М.: Академия, 2002. – 256 с.

**в) программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

1. Professional Plus 2013

2. Microsoft Office Professional Plus 2016

3. Microsoft Visio Professional 2016

4. Visual Studio Professional 2015

5. Adobe Acrobat Pro DC

6. ABBYY FineReader 12

7. ABBYY PDF Transformer+

8. ABBYY FlexiCapture 11

9. Программное обеспечение «interTESS»

10. ПО Kaspersky Endpoint Security

11. «Антиплагиат.ВУЗ» (интернет - версия)

12. «Антиплагиат- интернет»

13. [psyjournals.ru/psyedu\\_ru/2013/n1/59061.shtml](http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2013/n1/59061.shtml)

14. <https://www.scienceforum.ru/2015/1348/13824>

15. [childhelpline.ru/wp-content/uploads/Сборник-конференции-30-31-октября.pdf](http://childhelpline.ru/wp-content/uploads/Сборник-конференции-30-31-октября.pdf)

Информационно-справочные системы:

1. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU. – [Электронный ресурс]:

Режим доступа: <http://www.elibrary.ru>.

2. Российский образовательный форум [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.schoolexpo.ru>

3. Словари на Яндексe Режим доступа: <http://slovari.yandex.ru>

4. Фундаментальная библиотека РГПУ им. А.И. Герцена. Режим доступа: <http://lib.herzen.spb.ru>

5. Электронная библиотека психологической литературы [Электронный ресурс]: Режим доступа: <http://www.psychology.ru>

6. Электронно-библиотечная система IPRbooks [Электронный ресурс]: <http://www.iprbookshop.ru>

Поисковые системы:

1. [www.yandex.ru](http://www.yandex.ru)
2. [www.google.ru](http://www.google.ru)
3. [www.rambler.ru](http://www.rambler.ru)
4. [www.yahoo.com](http://www.yahoo.com)
5. [www.aport.ru](http://www.aport.ru)
6. [www.google.com.ua](http://www.google.com.ua)
7. [www.bing.com](http://www.bing.com)
8. [ru.msn.com](http://ru.msn.com)
9. [www.yandex.com](http://www.yandex.com)
10. [www.medpoisk.ru](http://www.medpoisk.ru)
11. [www.poiskknig.ru](http://www.poiskknig.ru)
12. [www.ribk.net](http://www.ribk.net)

Автор  / Рыбакова А.А. /  
(подпись) (расшифровка подписи)

Рецензент  / Е.В. Ярославкина /  
(подпись) (расшифровка подписи)

Рассмотрена на заседании кафедры безопасности жизнедеятельности от 05 сентября 2018 г., протокол № 1.

Утверждена на совете Института естественных наук и техносферной безопасности от 18 октября 2018 г. протокол № 1.