



**ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«КОЛЛЕДЖ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ И ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ»
(ПОУ «КОЛЛЕДЖ ГО и ЧС»)**

367010, Республика Дагестан, г. Махачкала, ул. Эрлиха 17, тел: 8-988-292-42-66, 8-915-142-42-62, 8-988-292-00-59,
факс 8(8722)550533, E-mail: kgochs2015@mail.ru, akademia-gz.dag@mail.ru, web: www.kgochs.com

УТВЕРЖДАЮ

Директор ПОУ «Колледж ГО и ЧС»

И.Т.Хизриев

« ____ » _____ 2022 года

Рабочая программа учебной дисциплины

ОП.07 Психология экстремальных ситуаций

Специальность

20.02.04 Пожарная безопасность

по программе базовой подготовки

Форма обучения

очная

квалификация выпускника

Техник

**по программе базовой подготовки специалистов среднего звена
(ППССЗ) среднего профессионального образования**

Махачкала 2022 г.

Рабочая программа учебной дисциплины Психология экстремальных ситуаций разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность.

Организация-разработчик: Профессиональное образовательное учреждение «Колледж гражданской обороны и чрезвычайным ситуациям»

Разработчик:
Кузнецова М.В., преподаватель психолого- педагогических дисциплин

Рассмотрена и рекомендована к утверждению на заседании предметной комиссии
(Протокол № _____ от « _____ » _____ 2022 г.)

СОДЕРЖАНИЕ

ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	стр. 4
СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	7
УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13
КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ	13

1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП. 07 Психология экстремальных ситуаций

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС СПО по специальности **20.02.04 Пожарная безопасность**.

1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:

Учебная дисциплина Психология экстремальных ситуаций относится к профессиональному учебному циклу программы подготовки специалистов среднего звена.

Дисциплина является практико-ориентированной. В ходе освоения данной учебной дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими ряд способностей, а также профессиональными компетенциями, соответствующими основным видам профессиональной деятельности. Компетентности, сформированные в результате освоения программы, необходимы при изучении профессиональных модулей. Темы, входящие в программу, могут осваиваться в составе МДК для совершенствования практических навыков и дальнейшего формирования общих и профессиональных компетентностей.

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

Цель: изучение особенностей экстремальных ситуаций и психологии поведения человека в экстремальных ситуациях.

Задачи:

- 1) сформировать представление об истории развития и основных понятиях экстремальной психологии;
- 2) ознакомить с видами экстремальных ситуаций, условий и состояний;
- 3) способствовать расширению кругозора студентов в вопросах психологического здоровья и реабилитационного потенциала личности;
- 4) сформировать понимание психологических проблем поведения личности и группы в экстремальных ситуациях;
- 5) способствовать приобретению навыков и опыта психологической диагностики и помощи при экстремальных ситуациях.

В результате освоения учебной дисциплины Психология экстремальных ситуаций обучающийся должен уметь:

- оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику;
- оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;
- вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи.

В результате освоения учебной дисциплины Психология экстремальных ситуаций обучающийся должен знать:

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;

- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- механизмы образования толпы;
- принципы профилактики образования толпы;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

В результате освоения учебной дисциплины Психология экстремальных ситуаций у обучающегося должны быть сформированы следующие общие и профессиональные компетенции:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, людьми, находящимися в зонах пожара.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ПК 1.1. Организовывать несение службы и выезд по тревоге дежурного караула пожарной части.

ПК 1.2. Проводить подготовку личного состава к действиям по тушению пожаров.

ПК 1.3. Организовывать действия по тушению пожаров.

ПК 1.4. Организовывать проведение аварийно-спасательных работ.

ПК 2.1. Осуществлять проверки противопожарного состояния промышленных, сельскохозяйственных объектов, зданий и сооружений различного назначения.

ПК 2.2. Разрабатывать мероприятия, обеспечивающие пожарную безопасность зданий, сооружений, технологических установок и производств.

ПК 2.3. Проводить правоприменительную деятельность по пресечению нарушений требований пожарной безопасности при эксплуатации объектов, зданий и сооружений.

ПК 2.4. Проводить противопожарную пропаганду и обучать граждан, персонал объектов правилам пожарной безопасности.

ПК 3.1. Организовывать регламентное обслуживание пожарно-технического вооружения, аварийно-спасательного оборудования и техники.

ПК 3.2. Организовывать ремонт технических средств.

ПК 3.3. Организовывать консервацию и хранение технических и автотранспортных средств.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины:

*максимальной учебной нагрузки обучающегося **132** часа, в том числе:
обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося **88** часов;
самостоятельной работы обучающегося **44** часа.*

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	132
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	88
в том числе:	
лабораторные занятия	-
практические занятия	22
контрольные работы	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	44
1. Выполнение практико- ориентированных заданий	16
1. Написать эссе: - Причины стремления человека к экстремальности. Каким образом это отражено в истории развития человечества?	2
2. Представьте этапы развития экстремальной психологии в виде таблицы, в которой будут выделены исторические вехи и наиболее яркие достижения науки.	2
3. Посмотрите программу «Человек и война. Психология массовой эйфории» из цикла «Власть факта», телеканал «Культура». Ответьте на предложенные вопросы.	2
4. Используя таблицу 4.1 в учебнике, подготовьте анализ вопроса: какие виды и формы террористических актов встречаются в нашей стране?	2
5. На основе предложенных к просмотру фильмов составьте аналитическую таблицу. («9 рота», режиссер Ф. Бондарчук. Россия, Финляндия, Украина 2005; «Неваляшка», режиссер Р. Качанов. Россия, компания «Слово» 2007; «Кровавый спорт», режиссер Н. Арнольд. США, 1988; «Вертикаль», режиссеры Б. Дуров, С. Говорухин. СССР, Одесская киностудия, 1967; «Кон-Тики», режиссеры Х. Роннинг и Э. Сандберг. Великобритания, Норвегия, Дания, 2012).	6
6. Прочитайте и проанализируйте отрывок из романа Н.С.Лескова «Обойденные» по предложенным вопросам.	2
2. Написание и защита реферата	10
1. Экстремальные условия и экстремальные состояния: различие в понятиях.	2
2. Особенности развития личности в экстремальных условиях. Виды экстремальных состояний личности.	2
3. Возможные причины виктимизации в современных условиях развития нашей страны.	2
4. Игровая роль жертвы в экстремальных условиях: адаптация или деградация.	2
5. Роль защитных механизмов и копингов в борьбе с последствиями травматизации личности.	2
3. Подготовка к практическим занятиям Изучение вопросов. Особенности тоталитаризма. Психологические составляющие насилия. Особенности и формы терроризма и экстремизма.	4
4. Самостоятельная проработка конспектов	4
5. Самостоятельная работа с учебной литературой	4
6. Подготовка к экзамену	6
Промежуточная аттестация в форме экзамена	

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины *Психология экстремальных ситуаций*

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций		18	
Тема 1.1 Общее представление о предмете психологии экстремальных ситуаций.	Содержание учебного материала	8	3
	1. Введение. Предмет и задачи психологии экстремальных ситуаций.	2	
	2. История и этапы становления экстремальной психологии.	2	
	3. Понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния».	2	
	Лабораторные работы	-	
	Практические работы 1. Панические атаки как форма проявления экстремального состояния. Анализ видеофильма «Панические атаки».	2	
	Контрольные работы	-	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Выполнение практико-ориентированных заданий: 1.1. Написать эссе: Причины стремления человека к экстремальности. Каким образом это отражено в истории развития человечества? 1.2. Представьте этапы развития экстремальной психологии в виде таблицы, в которой будут выделены исторические вехи и наиболее яркие достижения науки. 1.3. Посмотрите программу «Человек и война. Психология массовой эйфории» из цикла «Власть факта», телеканал «Культура». Ответьте на предложенные вопросы. 2. Написание и защита рефератов по предложенным темам: Экстремальные условия и экстремальные состояния: различие в понятиях. Особенности развития личности в экстремальных условиях. Виды экстремальных состояний личности.	10	
		2	
		2	
	2		
	4		
Раздел 2. Общее представление о психологии экстремальных ситуаций		44	
Тема 2.1 Экстремальные ситуации. Виды, особенности.	Содержание учебного материала	12	3
	1. Понятие «экстремальная ситуация». Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации.	2	
	2. Чрезвычайные ситуации и катастрофы.	2	
	3. Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования.	2	

	4.	Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.	2	
	5.	Ситуации острого стресса (дистресса).	2	
		Лабораторные работы	-	
		Практические работы	2	
		1. Чрезвычайные ситуации и катастрофы. Анализ документального фильма «Зона молчания» (реж. И. Твердовский, телеканал «Культура», 2011).		
		Контрольные работы	-	
		Самостоятельная работа обучающихся	2	
		Подготовка к практическому занятию	1	
		Самостоятельная работа с литературой	1	
Тема 2.2		Содержание учебного материала	8	3
Ситуации психологического и физического насилия.	1.	Тоталитаризм. Ситуация насилия.	2	
	2.	Терроризм и экстремизм как типы экстремальных ситуаций.	2	
		Лабораторные работы	-	
		Практические работы	4	
		1. Тоталитаризм. Ситуация насилия. Анализ документального фильма «Душ» (реж. Н. Сванидзе, телеканал «Россия-1», 2015).		
		2. Терроризм и экстремизм как типы экстремальных ситуаций. Анализ исторического журнала «Власть факта. Терроризм», телеканал «Культура».		
		Контрольные работы	-	
		Самостоятельная работа обучающихся	4	
		1. Подготовка к практическим занятиям. Изучение вопросов: Особенности тоталитаризма. Психологические составляющие насилия. Особенности и формы терроризма и экстремизма.	2	
		2. Выполнение практико-ориентированного задания:	2	
		2.1. Используя таблицу 4.1 в учебнике, подготовьте анализ вопроса: какие виды и формы террористических актов встречаются в нашей стране?		
Тема 2.3		Содержание учебного материала	12	3
Экстремальные условия профессиональной деятельности	1.	Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности.	2	
	2.	Боевой стресс и военные действия.	2	
	3.	Экстремальность в спорте.	2	
	4.	Профессиональная деятельность спасателей МЧС. Профессиональная надежность и адаптация личности к работе на объектах повышенной опасности. Профессиональное развитие.	2	
	5.	Профессиональные деформации и деструкции. Синдром эмоционального выгорания. Профилактика синдрома профессионального выгорания у специалистов экстремального профиля.	2	
		Лабораторные работы	-	

	Практические работы 1. Профессиональная деятельность спасателей МЧС. Анализ документального фильма «Профессия- спасатели».	2	
	Контрольные работы	-	
	Самостоятельная работа обучающихся 1.Выполнение практико- ориентированного задания. На основе предложенных к просмотру фильмов составьте аналитическую таблицу. («9 рота», режиссер Ф. Бондарчук. Россия, Финляндия, Украина 2005; «Неваляшка», режиссер Р. Качанов. Россия, компания «Слово» 2007; «Кровавый спорт», режиссер Н. Арнольд. США, 1988; «Вертикаль», режиссеры Б. Дуров, С. Говорухин. СССР, Одесская киностудия, 1967; «Кон-Тики», режиссеры Х. Роннинг и Э. Сандберг. Великобритания, Норвегия, Дания, 2012).	6	
Раздел 3. Последствия экстремальных ситуаций для человека		31	
Тема 3.1 Личность и группа в экстремальных ситуациях	Содержание учебного материала	14	2
	1. Психологическая травма. Виды психологических травм.	2	
	2. Посттравматические стрессовые расстройства.	2	
	3. Психогенные расстройства при стихийных бедствиях и катастрофах.	2	
	4. Потеря как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя.	2	
	5. Поведение толпы при экстремальных ситуациях.	2	
	Лабораторные работы	-	
	Практические работы 1. Характер поведения толпы при экстремальных ситуациях. Анализ телепередачи «Стихийные группы. Власть толпы» из цикла передач «Теория невероятности». 2. Самодиагностика стрессоустойчивости. Определение индивидуальных и личностных особенностей.	4	
	Контрольные работы	-	
	Самостоятельная работа обучающихся 1.Выполнение практико- ориентированного задания. 1.1. Прочитайте и проанализируйте отрывок из романа Н.С.Лескова «Обойденные» по предложенным вопросам. 2. Самостоятельная работа с учебной литературой. 3 Написание и защита реферата. Возможные причины виктимизации в современных условиях развития нашей страны. Игровая роль жертвы в экстремальных условиях: адаптация или деградация.	8 2 2 4	
Тема 3.2 Психологическое	Содержание учебного материала	6	2

здоровье личности и экстремальные условия	1.	Психологическое здоровье личности и экстремальные условия.	2	
	2.	Виктимизация личности в экстремальных условиях. Виктимный и жизнестойкий копинг- стили поведения личности в экстремальной ситуации.	2	
	3.	Болезнь как один из типов экстремальной ситуации. Психологический потенциал личности в ситуации болезни.	2	
	Лабораторные работы		-	
	Практические работы		-	
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		3	
1. Самостоятельная проработка конспектов.		2		
2. Самостоятельная работа с учебной литературой.		1		
Раздел 4. Психологическая помощь в экстремальных ситуациях			39	
Тема 4.1 Методологические проблемы психодиагностики экстремальных состояний личности	Содержание учебного материала		4	3
	1.	Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.	2	
	Лабораторные работы		-	
	Практические работы		2	
	1. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства и его симптомов. Диагностика адаптационных возможностей человека.			
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		1	
1. Подготовка к практическим работам.		1		
Тема 4.2 Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи	Содержание учебного материала		14	3
	1.	Принципы оказания первой психологической помощи пострадавшим.	2	
	2.	Экстренная психологическая помощь. Особенности и правила.	2	
	3.	Основные направления экстренной психологической помощи.	2	
	4.	Психотерапия в экстремальных ситуациях.	2	
	5.	Дебрифинг. Правила и особенности проведения.	2	
	Лабораторные работы		-	
	Практические работы		4	
	1. Организация и проведение психопрофилактической работы и психологического просвещения населения в экстремальных ситуациях.			
	2. Отработка алгоритма общения с пострадавшим.			
	Контрольные работы		-	
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
	1. Самостоятельная проработка конспектов.		2	
2. Написание и защита реферата по предложенным темам.		2		

	Роль защитных механизмов и копингов в борьбе с последствиями травматизации личности.		
Тема 4.3 Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях	Содержание учебного материала	8	3
	1. Экстренная психологическая помощь при острой реакции на стресс. Самопомощь при острых реакциях на стресс.	4	
	2. Экстренная психологическая помощь при проявлении отсроченных реакций на травматический стресс.	4	
	Лабораторные работы	-	
	Практические работы 1.Отработка действий по оказанию психологической помощи пострадавшим при острой реакции на стресс.	2	
	Контрольные работы	-	
	Самостоятельная работа обучающихся 1. Подготовка к экзамену.	6	
Тематика курсовых работ (проектов)			
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом)			
Всего:		132	

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы учебной дисциплины Психология экстремальных ситуаций требует наличия учебного кабинета, оснащенного посадочными местами по количеству обучающихся, рабочим местом преподавателя.

Оборудование учебного кабинета: УМК учебной дисциплины (учебники, учебно-методические рекомендации, видеофильмы и т.п.)

Технические средства обучения: ноутбук, экран, проектор

3.2. Информационное обеспечение обучения

Основные источники:

1. Одинцова М.А. Психология экстремальных ситуаций.- М.: Издательство Юрайт, 2017.

Дополнительные источники:

1. Белашева И.В. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / Белашева И.В., Суворова А.В., Польшако-ва И.Н., Осипова Н.В., Ершова Д.А – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2015. – 262 с.
2. Одинцова М. А. Психология жизнестойкости / М. А. Одинцова. — М.: Флинта, 2015.
3. Одинцова М. А. Психология стресса / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. — М.: Издательство Юрайт, 2016
4. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных/ под общей ред. Ю. С. Шойгу. — М.: Смысл, 2015.
5. Психология экстремальных ситуаций/ под ред. В. В. Рубцова, С. Б. Малых. — М.: Психологический ин-т РАО, 2016.
6. Смирнов Б. А. Психология деятельности в экстремальных ситуациях / Б. А. Смирнов, Е. В. Долгополова. — Харьков.: Гуманитарный Центр, 2015.

4.КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины Психология экстремальных ситуаций осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, выполнения контрольных работ, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий.

Промежуточным контролем освоения обучающимися дисциплины Психология экстремальных ситуаций является **экзамен**.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<i>В результате освоения дисциплины обучающийся должен уметь:</i> - оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику; - оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях; - вести информационно-разъяснительную	<i>Формы контроля обучения:</i> - устный опрос, - письменное тестирование; - контрольные работы; - домашнее задание творческого характера; - практические задания; - самостоятельная работа.

работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи.

В результате освоения дисциплины обучающийся должен знать:

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;
- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- механизмы образования толпы;
- принципы профилактики образования толпы;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

Методы оценки результатов обучения:

- традиционная система отметок в баллах за каждую выполненную работу, на основе которых выставляется итоговая отметка.

