

МИНОБРНАУКИ РОССИИ


Федеральное государственное бюджетное  
образовательное учреждение высшего образования  
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»  
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)  
Филиал АГУ им. В.Н. Татищева в г. Знаменске Астраханской области

СОГЛАСОВАНО  
Руководитель ОПОП

 Б. В. Рыкова

02.06.2022 г.

УТВЕРЖДАЮ  
Заведующий кафедрой педагогики,  
психологии и гуманитарных дисциплин

 Б.В. Рыкова

02.06.2022 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**«Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении  
чрезвычайных ситуаций»**

Составитель	<b>Абдуллаева Н. И., доц., к.псих.н., доцент</b>
Направление подготовки	<b>44.03.02 ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОЕ ОБРАЗОВАНИЕ</b>
Направленность (профиль) ОПОП	<b>ПСИХОЛОГИЯ И СОЦИАЛЬНАЯ ПЕДАГОГИКА</b>
Квалификация (степень)	<b>бакалавр</b>
Форма обучения	<b>очная</b>
Год приёма	<b>2022</b>
Курс	<b>1</b>
Семестр	<b>2</b>

## **1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

**1.1. Целями освоения дисциплины «Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»** являются сформировать у обучающихся готовность и способность личности применять в профессиональной деятельности и повседневной жизни совокупность знаний, умений и навыков обеспечения безопасности на основе характера мышления и ценностных ориентаций, при которых вопросы безопасности рассматриваются в качестве приоритета.

**1.2. Задачи освоения дисциплины:** осознание психологических проблем устойчивого развития общества, психологии обеспечения безопасности жизнедеятельности и снижения рисков, связанных с деятельностью человека; овладение психологическими приемами рационализации жизнедеятельности, ориентированными на обеспечение безопасности личности и общества; формирование психологии экологического сознания и риск-ориентированного мышления, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов жизнедеятельности человека; формирование мотивации и способностей для самостоятельного повышения уровня культуры безопасности; формирование способностей к оценке личностного вклада в решение проблем безопасности; формирование способностей для аргументированного обоснования своих решений с точки зрения безопасности; стимулирование развития личностного потенциала для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.

## **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП**

**2.1. Учебная дисциплина «Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»** относится к обязательной части и осваивается во 2 семестре.

**2.2. Для изучения данной учебной дисциплины необходимы следующие знания, умения, навыки, формируемые предшествующими учебными дисциплинами:**

– Психология.

**Знания:** психологические аспекты кризисных и экстремальных ситуаций; кризисы и конфликты в жизни человека и пути их преодоления; механизмы накопления профессионального стресса и основы профилактики его последствий; условия эффективного внутригруппового взаимодействия.

**Умения:** поддерживать психологическую готовность к действиям в экстремальных ситуациях; применять приемы профилактики негативных последствий профессионального стресса; учитывать в профессиональной деятельности психологические особенности поведения людей в чрезвычайных ситуациях; находить неординарные решения типовых задач и решать нестандартные задачи в условиях кризисных и экстремальных ситуаций.

**Навыки:** методами психологического воздействия при кризисных и экстремальных ситуациях; методами и приемами психологической саморегуляции.

**2.3. Последующие учебные дисциплины, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной:**

– Основы психосоциальной работы.

## **3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Процесс освоения дисциплины направлен на формирование элементов следующих компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки: *универсальных (УК)*: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов УК-8.

**Таблица 1 – Декомпозиция результатов обучения**

Код и наименование компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине		
	Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	ИУК-8.1.1 о безопасных условиях жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	ИУК-8.2.1 создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	ИУК-8.3.1 навыками создания и поддержания в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Объём дисциплины составляет 2 зачётные единицы, в том числе 30 часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (из них 15 часов – лекции, 15 часов – практические, семинарские занятия), и 42 часа – на самостоятельную работу обучающихся.

**Таблица 2 – Структура и содержание дисциплины**

Раздел, тема дисциплины	Семестр	Контактная работа (в часах)			Самост. Работа		Формы текущего контроля успеваемости, форма промежуточной аттестации
		Л	ПЗ	ЛР	КР	СР	
Тема 1. Введение в «Психологию устойчивого развития»	2	2	2			6	Реферат. Понятийный диктант.

общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»						
Тема 2. Понятие о стрессе и его последствиях; стратегии их преодоления	2	2			8	Реферат. Индивидуальное творческое задание.
Тема 3. Возрастные кризисы и их влияние на психологическую устойчивость	2	2			6	Реферат. КРЗ.
Тема 4. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях	2	2			8	Реферат. Понятийный диктант.
Тема 5. Виды ЧС в производственной деятельности	2	2			6	Реферат. Индивидуальное творческое задание.
Тема 6. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях	5	5			8	Реферат. КРЗ.
<b>Итого</b>	<b>15</b>	<b>15</b>			<b>42</b>	<b>Зачет</b>

*Примечание:* Л – лекция; ПЗ – практическое занятие, семинар; ЛР – лабораторная работа; КР – курсовая работа; СР – самостоятельная работа.

**Таблица 3 – Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины и формируемых компетенций**

Раздел, тема дисциплины	Кол-во часов	Код компетенции	Общее количество компетенций
		УК-8	
Тема 1. Введение в «Психологию устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»	10	+	1
Тема 2. Понятие о стрессе и его последствиях; стратегии их преодоления	12	+	1
Тема 3. Возрастные кризисы и их влияние на психологическую устойчивость	10	+	1
Тема 4. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях	12	+	1
Тема 5. Виды ЧС в производственной деятельности	10	+	1
Тема 6. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях	18	+	1
<b>Итого</b>	<b>72</b>		

## **Краткое содержание каждой темы дисциплины**

### **Тема 1. Введение в «Психологию устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»**

Понятие об экстремальных и кризисных ситуациях. Стрессогенные факторы кризисной ситуации. Сочетание физической травмы и острых психологических реакций при экстремальных ситуациях. Особенности психологических реакций при пожаре, наводнении, землетрясении, террористическом акте и других ЧС. Раскрытие связей с такими науками и отраслями знаний как биология, медицина, психология, педагогика, конфликтология и др.

### **Тема 2. Понятие о стрессе и его последствиях; стратегии их преодоления**

Стресс и стадии стресса. Развитие учения о стрессе. Характеристика каждой стадии. Стресс и дистресс. Особенности кризисной ситуации. Зависимость стрессовой реакции на ситуацию от личностного смысла события. Зависимость проявления стрессовой реакции от индивидуальных особенностей человека. Последствия стресса. Стратегии преодоления последствий стрессовых ситуаций. Этапность адаптации человека к экстремальным условиям. Тревога и уровни тревоги. Виды тревоги. Различия страха и тревоги. Понятие о страхе. Составляющие страха. Тоска, как эмоциональное проявление при стрессе. Гнев. Понятие о гневе. Составляющие гнева. Парадоксальные эмоциональные проявления в кризисной ситуации. Сочетание эмоций и влияние разных сочетаний эмоций на поведение в кризисной ситуации.

### **Тема 3. Возрастные кризисы и их влияние на психологическую устойчивость**

Биологические и социальные кризисы в жизни человека. Проявление комбинированных биологических и социальных факторов на течение кризиса. Стадии психосоциального развития по Э. Эриксону. Иерархия потребностей А. Маслоу. Этапы личностного роста и гуманистическая психология. Регрессия поведения при кризисной ситуации, ее проявления и прогноз. Влияние индивидуальных и личностных особенностей на поведение человека в кризисной ситуации. Поведение человека в зависимости от продолжительности времени, прошедшего после кризисной ситуации. Мотивация самосохранения и поведение в зависимости от ее актуализации или притупления. Особенности внимания после экстремальной ситуации. Особенности болевой чувствительности после экстремальной ситуации. Особенности памяти после экстремальной ситуации. Концепция Кюблер - Росс. Особенности эмоциональных проявлений после экстремальной ситуации. Особенности сознания после экстремальной ситуации.

### **Тема 4. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях**

Определение понятие профессиональной деятельности в экстремальных условиях. Влияние особенностей деятельности на развитие профессиональной деформации. «Эмоциональное выгорание» как профессиональный кризис, связанный с работой в целом: эмоциональное истощение, цинизм, профессиональная неэффективность. Соотношение понятий «эмоциональное выгорание» и депрессия. Профессиональный стресс.

### **Тема 5. Виды ЧС в производственной деятельности**

Отличия кризисов на производстве и в организациях от других кризисных и чрезвычайных ситуаций. Специфика предприятия и роль человеческого фактора. Стрессы на работе и опустошение (по Э. Голизек). Источники стрессов на работе. Четыре стадии синдрома опустошения: завышенные ожидания и идеализм, пессимизм и раннее разочарование в работе, самоотстранение и изоляция, необратимая отчужденность и утрата интереса. Сущность и структура производственного конфликта, особенности его проявления в ЧС. Типы конфликтных личностей. Источники конфликтов. Стадии конфликта. Положительные и отрицательные стороны конфликта. Профилактика конфликтов. Особенности поведения людей в конфликтных ситуациях. Управление конфликтами и их конструктивное разрешение. Профессиональное посредничество в конфликте (Медиация). Функции медиатора. Преимущества медиации.

### **Тема 6. Профессиональная помощь и самопомощь в**

### **чрезвычайных ситуациях**

Значимость кризисных ситуаций на производстве для производства и личности работающего. Самопомощь при душевном опустошении. Приёмы аутогенной тренировки и саморегуляции. Приемы и способы формирования, поддержания и восстановления психической устойчивости личности. Тренинговые группы на предприятиях. Личность и группа. Эмоциональная обратная связь. Эффективность групповой психотерапии. Основные методы психотерапии. Экстренная психологическая помощь в ЧС. Синдром посттравматического расстройства и техники психологической помощи.

## **5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **5.1 Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине**

**Лекция** представляет собой систематичное, последовательное устное изложение преподавателем определенного раздела учебной дисциплины. Слушание лекции предполагает активную мыслительную деятельность студентов, главная задача которых – понять сущность рассматриваемой темы, уловить логику рассуждений лектора; размышляя вместе с ним, оценить его аргументацию, составить собственное мнение об изучаемых проблемах и соотнести услышанное с тем, что уже изучено. При этом студент должен конспектировать (делать записи) изложенный в лекции материал. Ведение конспектов является творческим процессом и требует определенных умений и навыков. Целесообразно следовать некоторым практическим советам: формулировать мысли кратко и своими словами, записывая только самое существенное; учиться на слух отделять главное от второстепенного; оставлять в тетради поля, которые можно использовать в дальнейшем для уточняющих записей, комментариев, дополнений; постараться выработать свою собственную систему сокращений часто встречающихся слов (это дает возможность меньше писать, больше слушать и думать). Сразу после лекции полезно просмотреть записи и по свежим следам восстановить пропущенное и дописать в конспект. Важно уяснить, что лекция – это не весь материал по изучаемой теме, который дается студентам для его «зубрежки». Прежде всего, это – «путеводитель» студентам в их дальнейшей самостоятельной учебной и научной работе.

**Практическое (семинарское) занятие** – это особая форма учебно-теоретических занятий, которая, как правило, служит дополнением к лекционному курсу. Его отличительной особенностью является активное участие самих студентов в объяснении вынесенных на рассмотрение проблем, вопросов. Преподаватель дает возможность студентам свободно высказаться по обсуждаемому вопросу и только помогает им правильно построить обсуждение. Студенты заблаговременно знакомятся с планом семинарского занятия и литературой, рекомендуемой для изучения данной темы, чтобы иметь возможность подготовиться к семинару. При подготовке к занятию необходимо: проанализировать его тему, подумать о цели и основных проблемах, вынесенных на обсуждение; внимательно прочитать конспект лекции по этой теме; изучить рекомендованную литературу, делая при этом конспект прочитанного или выписки, которые понадобятся при обсуждении на семинаре; постараться сформулировать свое мнение по каждому вопросу и аргументировано его обосновать. Практическое (семинарское) занятие помогает студентам глубоко овладеть предметом, способствует развитию умения самостоятельно работать с учебной литературой и документами, освоению студентами методов научной работы и приобретению навыков научной аргументации, научного мышления. Преподавателю же работа студентов на семинаре позволяет судить о том, насколько успешно они осваивают материал курса.

### **5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины**

Самостоятельная работа студентов является одним из основных видов учебной деятельности и предполагает изучение вопросов, не вошедших в основной план занятий.

Внеаудиторная самостоятельная работа студентов в вузе не менее важна, чем обязательные учебные занятия. Ее успешность во многом определяется тем, насколько умело, рационально сам учащийся сможет организовать свои индивидуальные занятия, насколько регулярными и своевременными они будут.

Задания и методические указания для различных видов самостоятельной работы разрабатываются с учетом её специфики, особенностей изучаемых тем, наличия учебной и методической литературы.

Систематическое освоение студентами необходимого учебного материала, своевременное выполнение предусмотренных учебных заданий, регулярное посещение лекционных и практических занятий позволяют подготовиться к успешному прохождению промежуточной аттестации по данной дисциплине.

В ходе самостоятельной работы студенты должны осуществлять:

- подготовку к занятиям, включая изучение лекций и литературы по теме занятия (используются лекции и источники, представленные в перечне основной и дополнительной литературы, а также электронные ресурсы);
- выполнение индивидуальных домашних заданий по теме прошедшего занятия;
- подготовку реферата (индивидуальные задания по слабо усвоенным темам), в том числе самостоятельное изучение части теоретического материала по темам, которые заявлены в теме реферата (используются источники, представленные в перечне основной и дополнительной литературы, а также электронные ресурсы).

К самостоятельной работе студентов также относятся: чтение основной и дополнительной литературы – самостоятельное изучение материала по рекомендуемым литературным источникам; работа с библиотечным каталогом, самостоятельный подбор необходимой литературы; работа со словарем, справочником; поиск необходимой информации в сети Интернет; конспектирование источников; реферирование источников; составление аннотаций к прочитанным литературным источникам; составление рецензий и отзывов на прочитанный материал; составление обзора публикаций по теме; составление и разработка терминологического словаря; составление библиографии (библиографической картотеки); подготовка к различным формам текущей и промежуточной аттестации (к тестированию, контрольной работе, зачету, экзамену); выполнение домашних контрольных работ; самостоятельное выполнение практических заданий репродуктивного типа (ответы на вопросы, задачи, тесты; выполнение творческих заданий).

**Таблица 4 – Содержание самостоятельной работы обучающихся**

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Формы работы
<b><i>Тема 1. Введение в «Психологию устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»</i></b> Стрессогенные факторы кризисной ситуации. Сочетание физической травмы и острых психологических реакций при экстремальных ситуациях.	6	Конспектирование
<b><i>Тема 2. Понятие о стрессе и его последствиях; стратегии их преодоления</i></b> Стресс и дистресс. Особенности кризисной ситуации. Зависимость стрессовой реакции на ситуацию от личностного смысла события. Зависимость проявления стрессовой реакции от индивидуальных особенностей человека.	8	Реферат, презентация

<p><b>Тема 3. Возрастные кризисы и их влияние на психологическую устойчивость</b> Проявление комбинированных биологических и социальных факторов на течение кризиса. Стадии психосоциального развития по Э. Эриксону. Иерархия потребностей А. Маслоу. Этапы личностного роста и гуманистическая психология.</p>	6	Решение задач
<p><b>Тема 4. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях</b> Влияние особенностей деятельности на развитие профессиональной деформации. «Эмоциональное выгорание» как профессиональный кризис, связанный с работой в целом: эмоциональное истощение, цинизм, профессиональная неэффективность.</p>	8	Эссе
<p><b>Тема 5. Виды ЧС в производственной деятельности</b> Специфика предприятия и роль человеческого фактора. Стрессы на работе и опустошение (по Э. Голизек). Источники стрессов на работе. Четыре стадии синдрома опустошения: завышенные ожидания и идеализм, пессимизм и раннее разочарование в работе, самоотстранение и изоляция, необратимая отчужденность и утрата интереса.</p>	6	Контрольная работа
<p><b>Тема 6. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях</b> Самопомощь при душевном опустошении. Приёмы аутогенной тренировки и саморегуляции. Приемы и способы формирования, поддержания и восстановления психической устойчивости личности.</p>	8	Эссе

**Презентация.** Мультимедийные презентации используются для того, чтобы студент смог на большом экране или мониторе наглядно продемонстрировать дополнительные материалы к своему сообщению на практическом занятии: слайды, схемы, таблицы, видеозаписи и пр. Эти материалы могут также быть подкреплены соответствующими звукозаписями.

Общие требования к презентации:

- Презентация не должна быть меньше 10 слайдов.
- Первый лист – это титульный лист, на котором обязательно должны быть представлены: официальное название университета; факультет, группа; фамилия, имя, отчество автора; учебная дисциплина и тема презентации.
- Второй слайд должен содержать информацию о цели и задаче презентации. Желательно, чтобы из содержания по гиперссылке можно перейти на необходимую страницу и вернуться вновь на содержание.
- Дизайн-эргономические требования: сочетаемость цветов, ограниченное количество объектов на слайде, цвет текста.
- В презентации можно использовать импортированные объекты из существующих цифровых образовательных ресурсов, электронных учебников. Слайды презентации должны сопровождаться кратким текстом, поясняющим важнейшие аспекты выбранной темы.



- Последними слайдами презентации должны быть глоссарий и список использованных источников.

**Решение задач** лежат в основе приобретения тех или иных умений и навыков. В различных условиях обучения решение задач либо единственная процедура, в рамках которой осуществляются все компоненты процесса учения: уяснение содержания действия, его закрепление, обобщение и автоматизация, – либо одна из процедур наряду с объяснением и заучиванием (упражнение в этом случае обеспечивает завершение уяснения и закрепления).

Решение задач – виды учебной деятельности учащихся, ставящие их перед необходимостью многократного и вариативного применения полученных знаний в различных связях и условиях.

### **5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины, выполняемые обучающимися самостоятельно**

Важное место в структуре самостоятельной работы принадлежит студенческим эссе и рефератам.

**Творческая работа (эссе)** представляет собой оригинальное произведение объемом 10-15 страниц текста, посвященное какой-либо научной проблеме. Цель эссе состоит в развитии навыков самостоятельного творческого мышления и письменного изложения собственных мыслей.

При определении оценки за творческую работу (эссе) учитываются следующие критерии: четкость постановки проблемы в рамках заявленной темы; знание и логическое изложение фактического материала, знакомство с именами известных ученых; понимание отличия между известными подходами; понимание отличий между учебным, публицистическим, научно-популярным и научным текстами; умение вычленять причинно-следственные связи; способность анализировать текст; умение формулировать выводы и приводить конструктивные аргументы в их поддержку; проявление творческого и самостоятельного мышления; наличие навыков владения литературным языком, стиль и форма изложения материала; аккуратность и правильность оформления работы.

Творческая работа должна быть представлена преподавателю не позднее, чем за месяц до окончания аудиторных занятий. Эссе проверяется преподавателем и после краткой письменной рецензии ставится соответствующая оценка. В случае получения студентом неудовлетворительной оценки он обязан исправить отмеченные недостатки и вновь сдать работу преподавателю. Защита эссе происходит на практическом занятии или на консультации. По результатам защиты творческой работы (эссе) выставляется оценка, которая учитывается при итоговой аттестации по дисциплине (на экзамене).

**Реферат** – письменная работа объемом 10-18 печатных страниц, выполняемая студентом в течение длительного срока (от одной недели до месяца). Реферат – краткое точное изложение сущности какого-либо вопроса, темы на основе одной или нескольких книг, монографий или других первоисточников. Реферат должен содержать основные фактические сведения и выводы по рассматриваемому вопросу. Реферат отвечает на вопрос – что содержится в данной публикации (публикациях). Однако реферат – не механический пересказ работы, а изложение ее сущности. В настоящее время, помимо реферирования прочитанной литературы, от студента требуется аргументированное изложение собственных мыслей по рассматриваемому вопросу. Тему реферата может предложить преподаватель или сам студент, в последнем случае она должна быть согласована с преподавателем. В реферате нужны развернутые аргументы, рассуждения, сравнения. Материал подается не столько в развитии, сколько в форме констатации или описания. Содержание реферированного произведения излагается объективно от имени автора. Если в первичном документе главная мысль сформулирована недостаточно четко, в реферате она должна быть конкретизирована и выделена.

**Конспектирование.** Конспект – это систематизированное, логичное изложение материала источника. Различаются четыре типа конспектов:

- План-конспект – это развернутый детализированный план, в котором достаточно подробные записи приводятся по тем пунктам плана, которые нуждаются в пояснении.
- Текстуальный конспект – это воспроизведение наиболее важных положений и фактов источника.
- Свободный конспект – это четко и кратко сформулированные (изложенные) основные положения в результате глубокого осмысливания материала. В нем могут присутствовать выписки, цитаты, тезисы; часть материала может быть представлена планом.
- Тематический конспект – составляется на основе изучения ряда источников и дает более или менее исчерпывающий ответ по какой-то схеме (вопросу). Данный тип конспектирования рекомендуется при подготовке к вопросам семинарского занятия.

**Контрольная работа** является одной из форм самостоятельного изучения студентами программного материала по всем предметам. Её выполнение способствует расширению и углублению знаний, приобретению опыта работы со специальной литературой.

Контрольные работы обычно включают практические задания, тесты, задачи и т.п. Для выполнения контрольной работы студенту предлагается один из вариантов заданий, также он получает указания или рекомендации к выполнению контрольной работы в устном (консультация) или печатном (методическое пособие) виде. Сдача контрольной работы происходит в установленные преподавателем сроки.

## 6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

### 6.1. Образовательные технологии

**Таблица 5 – Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий**

Раздел, тема дисциплины	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
Тема 1. Введение в «Психологию устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»	Обзорная лекция	Фронтальный опрос, выполнение практических заданий, тематические дискуссии	Не предусмотрено
Тема 2. Понятие о стрессе и его последствиях; стратегии их преодоления	Лекция-диалог	Тематические дискуссии, анализ конкретных ситуаций	Не предусмотрено
Тема 3. Возрастные кризисы и их влияние на психологическую устойчивость	Интерактивная лекция	Групповые дискуссии, метафорическая игра, педагогические игровые упражнения (в качестве коллективного задания)	Не предусмотрено
Тема 4. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях	Обзорная лекция	Анализ ситуаций и имитационных моделей, тематические дискуссии	Не предусмотрено
Тема 5. Виды ЧС в производственной деятельности	Лекция-диалог	Экспресс-семинары, проектные семинары	Не предусмотрено
Тема 6. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях	Интерактивная лекция	Групповые дискуссии, метафорическая игра, педагогические игровые	Не предусмотрено

		упражнения (в качестве коллективного задания)	
--	--	---	--

## 6.2. Информационные технологии

Информационные технологии, используемые при реализации различных видов учебной и внеучебной работы:

- использование возможностей интернета в учебном процессе (использование информационного сайта преподавателя (рассылка заданий, предоставление выполненных работ на проверку, ответы на вопросы, ознакомление учащихся с оценками и т.д.));
- использование электронных учебников и различных сайтов (например, электронных библиотек, журналов и т.д.) как источников информации;
- использование возможностей электронной почты преподавателя;
- использование средств представления учебной информации (электронных учебных пособий и практикумов, применение новых технологий для проведения очных (традиционных) лекций и семинаров с использованием презентаций и т.д.);
- использование интегрированных образовательных сред, где главной составляющей являются не только применяемые технологии, но и содержательная часть, т.е. информационные ресурсы (доступ к мировым информационным ресурсам, на базе которых строится учебный процесс);
- использование виртуальной обучающей среды (LMS Moodle «Цифровое обучение») или иных информационных систем, сервисов и мессенджеров.

## 6.3. Программное обеспечение, современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

### 6.3.1. Программное обеспечение

Наименование программного обеспечения	Назначение
Adobe Reader	Программа для просмотра электронных документов
Платформа дистанционного обучения LMS Moodle	Виртуальная обучающая среда
Mozilla FireFox	Браузер
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013	Пакет офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты
Google Chrome	Браузер
Notepad++	Текстовый редактор
OpenOffice	Пакет офисных программ
Opera	Браузер
Paint .NET	Растровый графический редактор
Microsoft Security Assessment Tool. Режим доступа: <a href="http://www.microsoft.com/ru-ru/download/details.aspx?id=12273">http://www.microsoft.com/ru-ru/download/details.aspx?id=12273</a> (Free) Windows Security Risk Management Guide Tools and	Программы для информационной безопасности

Templates. Режим доступа: <a href="http://www.microsoft.com/en-us/download/details.aspx?id=6232">http://www.microsoft.com/en-us/download/details.aspx?id=6232</a> (Free)	
VLC Player	Медиапроигрыватель
Far Manager	Файловый менеджер
WinDjView	Программа для просмотра файлов в формате DJV и DjVu

### 6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Электронный каталог Научной библиотеки АГУ на базе MARK SQL НПО «Информ-систем». <https://library.asu.edu.ru/catalog/>
- Электронный каталог «Научные журналы АГУ». <http://journal.asu.edu.ru/>
- Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИВИС". <http://dlib.eastview.com>
- Корпоративный проект Ассоциации региональных библиотечных консорциумов (АРБИКОН) «Межрегиональная аналитическая роспись статей» (МАРС) – сводная база данных, содержащая полную аналитическую роспись 1800 названий журналов по разным отраслям знаний. Участники проекта предоставляют друг другу электронные копии отсканированных статей из книг, сборников, журналов, содержащихся в фондах их библиотек. <http://mars.arbicon.ru>
- Электронные версии периодических изданий, размещенные на сайте информационных ресурсов. [www.polpred.com](http://www.polpred.com)
- Справочная правовая система КонсультантПлюс. Содержится огромный массив справочной правовой информации, российское и региональное законодательство, судебную практику, финансовые и кадровые консультации, консультации для бюджетных организаций, комментарии законодательства, формы документов, проекты нормативных правовых актов, международные правовые акты, правовые акты, технические нормы и правила. <http://www.consultant.ru>
- Единое окно доступа к образовательным ресурсам. <http://window.edu.ru>
- Министерство науки и высшего образования Российской Федерации. <https://minobrnauki.gov.ru/>
- Министерство просвещения Российской Федерации. <https://edu.gov.ru>
- Федеральное агентство по делам молодежи (Росмолодёжь). <https://fadm.gov.ru>
- Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки (Рособрнадзор). <http://obrnadzor.gov.ru>
- Сайт государственной программы Российской Федерации «Доступная среда». <http://zhit-vmeste.ru>
- Российское движение школьников. <https://рдш.рф>

## 7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

### 7.1. Паспорт фонда оценочных средств

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине «Психология устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций» проверяется сформированность у обучающихся компетенций, указанных в разделе 3 настоящей программы. Этапность формирования данных компетенций в процессе освоения образовательной программы определяется последовательным освоением

дисциплин и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

**Таблица 6 – Соответствие разделов, тем дисциплины, результатов обучения по дисциплине и оценочных средств**

Контролируемый раздел, тема дисциплины	Код контролируемой компетенции	Наименование оценочного средства
Тема 1. Введение в «Психологию устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»	УК-8	Реферат
Тема 2. Понятие о стрессе и его последствиях; стратегии их преодоления	УК-8	Доклад
Тема 3. Возрастные кризисы и их влияние на психологическую устойчивость	УК-8	Реферат
Тема 4. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях	УК-8	Доклад
Тема 5. Виды ЧС в производственной деятельности	УК-8	Реферат
Тема 6. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях	УК-8	Доклад

## 7.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций, описание шкал оценивания

**Таблица 7 – Показатели оценивания результатов обучения в виде знаний**

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует глубокое знание теоретического материала, умение обоснованно излагать свои мысли по обсуждаемым вопросам, способность полно, правильно и аргументированно отвечать на вопросы, приводить примеры
4 «хорошо»	демонстрирует знание теоретического материала, его последовательное изложение, способность приводить примеры, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует неполное, фрагментарное знание теоретического материала, требующее наводящих вопросов преподавателя, допускает существенные ошибки в его изложении, затрудняется в приведении примеров и формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	демонстрирует существенные пробелы в знании теоретического материала, не способен его изложить и ответить на наводящие вопросы преподавателя, не может привести примеры

**Таблица 8 – Показатели оценивания результатов обучения в виде умений и владений**

Шкала оценивания	Критерии оценивания
5 «отлично»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания, умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы
4 «хорошо»	демонстрирует способность применять знание теоретического материала при выполнении заданий, последовательно и правильно выполняет задания,

	умеет обоснованно излагать свои мысли и делать необходимые выводы, допускает единичные ошибки, исправляемые после замечания преподавателя
3 «удовлетворительно»	демонстрирует отдельные, несистематизированные навыки, испытывает затруднения и допускает ошибки при выполнении заданий, выполняет задание при подсказке преподавателя, затрудняется в формулировке выводов
2 «неудовлетворительно»	не способен правильно выполнить задание

### **7.3. Контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки результатов обучения по дисциплине**

#### **Тема 1. Введение в «Психологию устойчивого развития общества при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций»**

##### **Темы рефератов.**

1. Понятие об экстремальных и кризисных ситуациях.
2. Проявление психологической реакции на физическую травму.
3. «Психологическая устойчивость в ЧС» в системе наук.
4. Деятельность психологов МЧС.
5. Психотравмирующие факторы специалиста МЧС.

#### **Тема 2. Понятие о стрессе и его последствиях; стратегии их преодоления**

##### **Темы докладов.**

1. Понятие физиологического и психологического стресса.
2. Дистресс и аутресс.
3. Симптомы хронического стресса.
4. Способы повышения стрессоустойчивости.
5. Адаптация к стрессу.

#### **Тема 3. Возрастные кризисы и их влияние на психологическую устойчивость**

##### **Темы рефератов.**

1. Биологические кризисы и особенности их проявлений в ЧС.
2. Социальные кризисы и их влияние на поведение в ЧС.
3. Экзистенциальный кризис (кризис середины жизни) и реакция на ЧС.
4. Акцентуации характера и особенности поведения в ситуации стресса.
5. Этапы психосоциального развития по Э. Эриксону.
6. Тревога и личностный рост.

#### **Тема 4. Профессиональная деятельность в экстремальных условиях**

##### **Темы докладов.**

1. Использование командной работы в чрезвычайных ситуациях.
2. Функции лидера в ЧС.
3. Проявление профессиональной деформации специалистов МЧС.
4. Требования профотбора для деятельности, связанной с ЧС.
5. «Эмоциональное выгорание» и способы его преодоления.

## Тема 5. Виды ЧС в производственной деятельности

### Темы рефератов.

1. Конфликты на предприятии: виды, особенности, способы конструктивного разрешения.
2. Профилактика конфликтов.
3. Стратегии поведения в конфликте.
4. Управление конфликтами в организации.
5. Организация психологической службы на предприятии.

## Тема 6. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях

### Темы докладов.

1. Понятие психотерапии и психологической коррекции.
2. Значение аутогенной тренировки для формирования психологической устойчивости в ЧС. Описание конкретной техники.
3. Групповая психотерапия и ценность эмоциональной обратной связи.
4. Посттравматическое расстройство личности и способы экстренной психологической помощи.
5. Особенности психологической работы с детьми.
6. Основные направления психологической помощи и оценка их эффективности в зависимости от конкретного вида ЧС.
7. Самопомощь в кризисных ситуациях.

### Перечень вопросов и заданий, выносимых на зачет

1. Стрессогенные факторы чрезвычайных и кризисных ситуаций. Их зависимость от личностных особенностей человека
2. Профессиональное мышление специалиста МЧС России
3. Проявление психологической устойчивости и профессиональные действия при пожаре, наводнении, террористическом акте, транспортном происшествии, землетрясении и др. ЧС
4. Профессиональная деформация и «эмоциональное выгорание» в деятельности психолога МЧС
5. Предсказуемые кризисы в жизни человека и их связь с ЧС
6. Причины и особенности производственных конфликтов
7. Профилактика конфликтов в организации
8. Управление конфликтами и их конструктивное разрешение
9. Профессиональное посредничество в конфликте
10. Методы управления состоянием
11. Аутогенная тренировка, техника ее проведения
12. Дыхательные и физические упражнения
13. Приемы психической саморегуляции

**Таблица 9 – Примеры оценочных средств с ключами правильных ответов**

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
УК-8: Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов				
1.	Задание закрытого	В деятельности работников «опасных профессий»	a, b	1

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
	типа	<p>существуют два типа условий, при которых работа становится экстремальной:</p> <p>а. повседневная напряженная деятельность, в которой опасность представлена как потенциально возможное событие</p> <p>б. критические инциденты, при которых работники сталкиваются с человеческими жертвами и материальными потерями, с реальной опасностью для своей жизни, здоровья или системы ценностей, а также с угрозой жизни, здоровью, благополучию окружающих</p> <p>с. приближение пенсионного возраста, возникновение возрастных изменений, мешающих эффективному выполнению обязанностей</p> <p>д. выполнение работы вне помещений, с суровых климатических и природных условиях</p>		
2.		<p>Обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного природного явления, катастрофы, стихийного или иного бедствия, которое может повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей или окружающей среде, значительные материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности людей - это...</p> <p>а. Экстремальная психология</p> <p>б. Чрезвычайная ситуация</p> <p>с. Экстремальная ситуация</p> <p>д. Кризисная ситуация</p>	b	2
3.		<p>Чрезвычайные происшествия наводнение, землетрясение, оползень - это</p> <p>а. происшествия природного происхождения</p> <p>б. происшествия антропогенного происхождения</p>	a	1



№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
		с. происшествия климатического происхождения d. происшествия антропометрического происхождения		
4.		Какие из экстремальных ситуаций по разрушительному действию, причиненному ущербу и числу жертв по данным ЮНЕСКО считаются самыми разрушительными: а. землетрясения b. теракты с. дорожно-транспортные происшествия	a	2
5.		Из антропогенных ЧС, максимально психотравматичной является ситуация: а. землетрясения b. заложничества	b	1
6.	Задание открытого типа	Что такое кризис?	Выбор между регрессивным и прогрессивным дальнейшим развитием личности; является одним из неизбежных и необходимых моментов жизни, одной из движущих сил развития как личности, так и группы, общества, человечества в целом	3
7.		Кто является очевидцами или свидетелями экстремальной/чрезвычайной ситуации?	Люди, проживающие или оказавшиеся в непосредственной близости к зоне ЧС	3
8.		На какие стадии можно разделить психические реакции жертв катастрофы после ее свершения?	Героизм (альтруизм, героическое поведение, желание помочь другим людям и выжить самому), «медовый месяц» (чувство гордости за то, что выжил и преодолел все опасности, разочарование (гнев,	3

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
			разочарование: «мне казалось в моей жизни все должно измениться, а все осталось по-прежнему, о моем подвиге все забыли, только я помню о нем», крушение надежд, восстановление (осознание, что необходимо налаживать быт, возвращаться к своим обязанностям)	
9.		Что такое дистресс?	Все эмоционально-стрессовые состояния, связанные с отрицательными переживаниями и имеющие ослабляющую, деструктивную силу	3
10.		Что можно отнести к физиологическим проявлениям стресса?	Изменение (нестабильность) артериального давления, одышка, ощущение «кома» в горле, «перехватывает» голос, нарушение аппетита (от полного отвращения к еде до приступов неудержимого голода)	3

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины, и в Центре мониторинга и аудита качества обучения.

#### **7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине**

В ФГБОУ ВО «Астраханский государственный университет» действует балльно-рейтинговая система оценки учебных достижений студентов (БАРС). Успешность изучения каждого учебного курса в течение семестра оценивается, исходя из 100 максимальных возможных баллов.

**Таблица 10 – Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине**

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий / баллы	Максимальное количество баллов	Срок представления
<b>Основной блок</b>				
1.	Ответ на занятия	8 / 5	40	По расписанию
2.	Выполнение практического задания (эссе, работа с текстом, первоисточником, визуализация и др.)	2 / 5	10	По расписанию
3.	Тестирование	10 / 2	20	По расписанию
4.	Контрольная работа	1 / 5	5	По расписанию
5.	Командный проект	1 / 15	15	По расписанию
<b>Всего</b>			<b>90</b>	
<b>Блок бонусов</b>				
6.	Отсутствие пропусков лекции (посетил все лекции)	3	3	
7.	Отсутствие пропусков практических занятий (посетил все занятия)	3	3	
8.	Активная работа студента на занятии, существенный вклад студента на занятии	4	4	
9.	Конспекты лекций, семинарских занятий, первоисточников при начислении баллов не учитываются	0	0	
<b>Всего</b>			<b>10</b>	
<b>ИТОГО</b>			<b>100</b>	

**Таблица 11 – Система штрафов (для одного занятия)**

Показатель	Балл
Опоздание	-2
Не готов к практической части занятия	-3
Нарушение учебной дисциплины	-2
Пропуски лекций без уважительных причин	-2
Пропуск занятий без уважительной причины	-2
Нарушение правил техники безопасности	-1
Отсутствие конспектов лекций, семинарских занятий, первоисточников при начислении баллов не учитываются	0

**Таблица 12 – Шкала перевода рейтинговых баллов в итоговую оценку за семестр по дисциплине**

Сумма баллов	Оценка по 4- балльной шкале	
90-100	5 (отлично)	Зачтено
85- 89	4 (хорошо)	
75- 84		
70-74		
65-69	3 (удовлетворительно)	

60-64		
Ниже 60	2 (неудовлетворительно)	Не зачтено

При реализации дисциплины в зависимости от уровня подготовленности обучающихся могут быть использованы иные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

## **8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

### **8.1. Основная литература**

1. Гуревич П. С. Психология чрезвычайных ситуаций [Электронный учебник]: учебное пособие / Гуревич П.С., 2019, ЮНИТИ-ДАНА. – 495 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/15455>
2. Сычев Ю. Н. Безопасность жизнедеятельности в чрезвычайных ситуациях [Электронный учебник]: учебное пособие / Сычев Ю. Н., 2016, Финансы и статистика. – 224 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/18791>

### **8.2. Дополнительная литература**

1. Гуткин В. И. Безопасность жизнедеятельности и чрезвычайные ситуации: учеб. и справ. пособие для вузов / В. И. Гуткин, В. А. Рогалев; под ред. В. И. Гуткина, 2015, МАНЭБ. – 719 с.
2. Гуткин В. И. Безопасность жизнедеятельности и чрезвычайные ситуации : учеб. пособие / В. И. Гуткин, Р. Д. Магомет, Е. В. Мельникова, 2018, Изд-во СЗТУ. – 235 с.
3. Сидоров П. И. Психология катастроф [Электронный учебник]: учебное пособие / Сидоров П. И., 2017, Аспект Пресс. – 414 с. Режим доступа: <http://www.iprbookshop.ru/8882>

### **8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины**

1. Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех». <https://biblio.asu.edu.ru>
2. Электронно-библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента». Многопрофильный образовательный ресурс «Консультант студента» является электронной библиотечной системой, предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Каталог содержит более 15 000 наименований изданий. [www.studentlibrary.ru](http://www.studentlibrary.ru).
3. Электронная библиотечная система издательства ЮРАЙТ, раздел «Легендарные книги». [www.biblio-online.ru](http://www.biblio-online.ru), <https://urait.ru/>
4. Электронная библиотечная система IPRbooks. [www.iprbookshop.ru](http://www.iprbookshop.ru)
5. Электронно-библиотечная система ВООК.ru <https://book.ru/>
6. Электронно-образовательный ресурс для иностранных студентов «РУССКИЙ ЯЗЫК КАК ИНОСТРАННЫЙ». [www.ros-edu.ru](http://www.ros-edu.ru)

## **9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Учебные аудитории; библиотека филиала АГУ; учебные видеоролики, фильмы; средства мультимедиа и компьютерная техника.

Рабочая программа дисциплины при необходимости может быть адаптирована для обучения (в том числе с применением дистанционных образовательных технологий) лиц с ограниченными возможностями здоровья, инвалидов. Для этого требуется заявление обучающихся, являющихся лицами с ограниченными возможностями здоровья, инвалидами,

или их законных представителей и рекомендации психолого-медико-педагогической комиссии. Для инвалидов содержание рабочей программы дисциплины может определяться также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).