

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Астраханский государственный университет имени В. Н. Татищева»
(Астраханский государственный университет им. В. Н. Татищева)

СОГЛАСОВАНО
Руководитель ОПОП


_____ О.А. Халифаева

«04» апреля 2024 г.

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий кафедрой психологии


_____ Б.В. Кайгородов

«04» апреля 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)
ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

Составители

**Семеняк О. В., кандидат психологических наук,
доцент кафедры психологии**

Согласовано с работодателями:

Лыкова Е.К., руководитель отдела по психолого-педагогической работе Управления образования МО «Город Астрахань», Андреева А.В., психолог отделения медико-социальной помощи детям и подросткам ГБУЗ АО «Детская городская поликлиника №1»

Направление подготовки
Направленность (профиль) ОПОП
Квалификация (степень)

37.05.01 КЛИНИЧЕСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ

клинический психолог

Форма обучения

очная

Год приёма

2024

Курс

3 (по очной форме)

Семестр

5 (по очной форме)

Астрахань – 2024

1. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1. Целью освоения дисциплины «Психология экстремальных ситуаций» является: формирование компетентности в области теории и практики психологии экстремальных, чрезвычайных, кризисных ситуаций как формирование специальных знаний, умений и навыков в области психологических аспектов экстремальных ситуаций в соответствии с современными научными представлениями и практикой.

Приобретение таких знаний составляет важное условие для квалифицированного решения проблем, связанных с гармонизацией системы отношений человека с миром, с другими людьми и с самим собой.

1.2. Задачи освоения дисциплины:

- сформировать у студентов базовые психологические знания в области экстремальных ситуаций;
- повысить уровень профессиональной готовности студентов к решению практических психологических задач в сфере экстремальных ситуаций;
- сформировать у студентов профессиональный подход к анализу специфики экстремальных ситуаций;
- развить навыки психологической помощи и поддержки в экстремальных ситуациях.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП

2.1. Учебная дисциплина (модуль) «Психология экстремальных ситуаций» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, и изучается в 5 семестре.

Дисциплина (модуль) встраивается в структуру ОПОП ВО как с точки зрения преемственности содержания, так и с точки зрения непрерывности процесса формирования компетенций выпускника.

2.2. Для изучения данной учебной дисциплины (модуля) необходимы следующие знания, умения и навыки:

знать: специфику индивидуальных особенностей человека, эмоционально-волевой регуляции его поведения, мотивационной сферы, познавательных процессов, личности; представления об основных понятиях, принципах и методах психологии, необходимых для последующего более глубокого понимания и лучшего усвоения специальных разделов психологии; законы функционирования и развития общества, механизмы возникновения социальных отношений, взаимодействия человека и общества, становления человеческой культуры, методы психологических измерений и интерпретации полученных данных.

уметь: анализировать основные теоретические направления и подходы, общие, специфические закономерности и индивидуально-психологические особенности человека и его деятельности;

владеть: способами и приемами развития психических процессов, свойств и состояний личности человека; навыками организации и координации взаимодействия между людьми в коллективе, в обществе, проведения психодиагностических процедур.

2.3. Последующие учебные дисциплины (модули) и (или) практики, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной учебной дисциплиной (модулем): профессиональная деятельность выпускника.

3. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Процесс освоения дисциплины (модуля) направлен на формирование элементов компетенции в соответствии с ФГОС ВО и ОПОП ВО по данному направлению подготовки / специальности:

универсальных (УК): УК-8 – Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе, при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;

профессиональных (ПК): ПК-5 – Способен создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современных достижений клинической психологии.

Таблица 1. Декомпозиция результатов обучения

Код компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю)		
		Знать (1)	Уметь (2)	Владеть (3)
УК-8	УК-8. Способность создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знать: требования, предъявляемые к безопасности условий жизнедеятельности, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и пути обеспечения комфортных условий труда на рабочем месте.	УК-8.2. Уметь: выявлять и устранять проблемы, связанные с нарушениями техники безопасности на рабочем месте.	УК-8.3. Осуществлять действия по предотвращению возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте и принимать участие в спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятиях в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.
ПК-5	ПК-5. Способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современных достижений клинической психологии	ПК-5.1. Знать: технологию создания программы, направленной на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современных достижений клинической психологии	ПК-5.2. Умеет создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современных достижений клинической психологии;	ПК-5.3. Владеет способностью создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современных достижений клинической психологии.

4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Общая трудоемкость дисциплины в соответствии с учебным планом составляет 3 зачетных единицы (108 часов).

Трудоемкость отдельных видов учебной работы студентов очной формы обучения приведена в таблице 2.1.

Таблица 2.1. Трудоемкость отдельных видов учебной работы по формам обучения

Вид учебной и внеучебной работы	для очной формы обучения
Объем дисциплины в зачетных единицах	2
Объем дисциплины в академических часах	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего), в том числе (час.):	48
- занятия лекционного типа, в том числе:	16
- практическая подготовка (если предусмотрена)	-
- занятия семинарского типа (семинары, практические, лабораторные), в том числе:	32
- практическая подготовка (если предусмотрена)	2
- консультация (предэкзаменационная)	-
- промежуточная аттестация по дисциплине	-
Самостоятельная работа обучающихся (час.)	60
Форма промежуточной аттестации обучающегося (зачет/зачёт), семестр (ы)	Зачёт, 5 семестр

Таблица 2.2. Структура и содержание дисциплины (модуля)

для очной формы обучения

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Контактная работа, час.							СР, час.	Итого часов	Форма текущего контроля успеваемости , форма промежуточн ой аттестации [по семестрам]
	Л		ПЗ		ЛР		КР / КП			
	Л	в т.ч. ПП	ПЗ	в т.ч. ПП	ЛР	в т.ч. ПП				
Семестр 5										
Раздел I. Теоретико-методологические и прикладные аспекты психологии экстремальных ситуаций	4		8					20	32	Составлени е опорной схемы по вопросу
Раздел II. Особенности поведения человека в экстремальной ситуации	6		12					20	38	Составлени е опорной схемы по вопросу
Раздел III. Особенности организации и деятельности психологической службы в зоне ЧС	6		12	2				20	38	Составлени е опорной схемы по вопросу, решение задач
Консультации										
Контроль промежуточной аттестации										Зачёт
Итого за весь период	16		32	2				60	108	

Примечание:

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

Таблица 3.

**Матрица соотнесения разделов, тем учебной дисциплины (модуля)
и формируемых в них компетенций**

Разделы, темы дисциплины (модуля)	Кол-во часов	Код компетенции		
		УК-8	ПК-5	общее количество компетенций
Раздел I. Теоретико-методологические и прикладные аспекты психологии экстремальных ситуаций	16	+	+	2
Раздел II. Особенности поведения человека в экстремальной ситуации	28	+	+	2
Раздел III. Особенности организации и деятельности психологической службы в зоне ЧС	28	+	+	2
Итого	72			2

Краткое содержание дисциплины (модуля)

Раздел I. Теоретико-методологические и прикладные аспекты психологии экстремальных ситуаций

Тема 1. Предмет и задачи психологии экстремальных ситуаций. Особенности поведения и деятельности человека в экстремальной ситуации.

Психология экстремальных ситуаций как направление прикладной психологии. Проблемы оценки, предвидения и оптимизации психических состояний и поведения человека в стрессовых ситуациях. Основные направления исследования психологии экстремальных ситуаций: психологические особенности жизнедеятельности человека в экстремальных условиях жизни и работы. Различные виды экстремальных ситуаций. Требование перестройки и адаптации, внешние и внутренние изменения человека в стрессовой ситуации. Типология экстремальных ситуаций (по Ф. Е. Василюк). Структура экстремальной ситуации (по Ф. Е. Василюк). Основные понятия, описывающие в современной психологии экстремальные ситуации: стресс, кризис, фрустрация, внутриличностный конфликт.

Раздел II. Особенности поведения человека в экстремальной ситуации

Тема 2. Типы чрезвычайных ситуаций

Типы чрезвычайных ситуаций (природные, техногенные). Основные периоды стихийных бедствий: период предвоздействия, период воздействия (фаза героизма), период послевоздействия (фаза медового месяца, фаза разочарования, фаза восстановления).

Тема 3. Психологическая травма.

Психологическая травма. Стратегии поведения людей, переживших психотравму. Факторы, усиливающие разрушительное воздействие психотравмы. Основные типы экстремальных ситуаций: стресс, фрустрация, внутриличностный конфликт, кризис. Кризисы утраты. Краткая характеристика, специфические особенности протекания. Биографические кризисы. Травматические кризисы. Психологическая травма, определение и основные характеристики. Особенности травматического события, травматические стрессовые реакции. Виды травматических кризисов в зависимости от источника психотравмы (катастрофы и чрезвычайные ситуации, войны, насилие, сексуальное насилие и т.п.). Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, стадии развития, типичные нарушения. Возрастные особенности протекания ПТСР. Основные черты травматической личности.

Тема 4. Адаптация человека в стрессовой ситуации.

Субъективная сложность (многоуровневость) переживания критической ситуации. Структура стрессового события и переработки стресса (по С. Фолькману, Р. С. Лазарусу, С. Кохену). Процессы оценки событий. Параметры оценки экстремальной ситуации. Копинг как реакция на стрессовую ситуацию с целью совладания с ней. Основное отличие копинга от защитного поведения. Виды копинговых реакций. Деструктивные жизненные стратегии: агрессивность, конфликтность, уход в болезнь, редукция, неадаптированность, бытовое пьянство,

алкоголизм, наркомания, суицид. Их краткая характеристика.

Раздел III. Особенности организации и деятельности психологической службы в зоне ЧС

Тема 5. Особенности организации и деятельности психологической службы в зоне ЧС.

Помощь человеку в кризисной ситуации. Психологические ресурсы личности. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций. Психологическое сопровождение личности в период кризиса. Основные направления работы психологической службы в зоне ЧС. Требования к специалисту, оказывающему помощь. Основные правила работы психологической службы в зоне ЧС. Помощь человеку в острой ситуации кризиса.

5. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРЕПОДАВАНИЮ И ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

5.1. Указания для преподавателей по организации и проведению учебных занятий по дисциплине (модулю)

Основные формы занятий по данной дисциплине являются лекционные и практические (семинарские) занятия. 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.

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.

Семинарские занятия по дисциплине могут проводиться с применением принципов работы в командах, обучения равных равными, использования методов геймификации, визуализации, анализа текстов, подготовки групповых проектных заданий и др.

5.2. Указания для обучающихся по освоению дисциплины (модулю)

При освоении курса необходимо ознакомиться с рабочей программой и подобрать соответствующую литературу. Теоретический материал следует изучать последовательно в

соответствии с рабочей программой. Также следует ориентироваться на конспекты лекций, излагающие кратко материал курса. Это позволит получить представления о предметном поле дисциплины, освоив соответствующую терминологию, выявить сущность основных понятий и закономерностей, определить основные подходы к решению поставленных задач.

Таблица 4.

**Содержание самостоятельной работы обучающихся
для очной формы обучения**

Вопросы, выносимые на самостоятельное изучение	Кол-во часов	Форма работы
1. Психология экстремальных ситуаций как направление прикладной психологии 2. Проблемы оценки, предвидения и оптимизации психических состояний и поведения человека в стрессовых ситуациях 3. Основные направления исследования психологии экстремальных ситуаций: психологические особенности жизнедеятельности человека в экстремальных условиях жизни и работы 4. Различные виды экстремальных ситуаций 5. Требование перестройки и адаптации, внешние и внутренние изменения человека в стрессовой ситуации 6. Типология экстремальных ситуаций (по Ф. Е. Василюк) 7. Структура экстремальной ситуации (по Ф. Е. Василюк) 8. Основные понятия, описывающие в современной психологии экстремальные ситуации: стресс, кризис, фрустрация, внутриличностный конфликт	20	Составление опорной схемы по вопросу
1. Типы чрезвычайных ситуаций (природные, техногенные) 2. Основные периоды стихийных бедствий: период предвоздействия, период воздействия (фаза героизма), период послевоздействия (фаза медового месяца, фаза разочарования, фаза восстановления) 3. Психологическая травма 4. Стратегии поведения людей, переживших психотравму 5. Факторы, усиливающие разрушительное воздействие психотравмы 6. Основные типы экстремальных ситуаций: стресс, фрустрация, внутриличностный конфликт, кризис 7. Кризисы утраты 8. Краткая характеристика, специфические особенности протекания 9. Биографические кризисы 10. Травматические кризисы 11. Психологическая травма, определение и основные характеристики 12. Особенности травматического события, травматические стрессовые реакции 13. Виды травматических кризисов в зависимости от источника психотравмы (катастрофы и чрезвычайные ситуации, войны, насилие, сексуальное насилие и т.п.)	20	Составление опорной схемы по вопросу

14. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, стадии развития, типичные нарушения 15. Возрастные особенности протекания ПТСР 16. Основные черты травматической личности. 17. Субъективная сложность (многоуровневость) переживания критической ситуации 18. Структура стрессового события и переработки стресса (по С. Фолькману, Р. С. Лазарусу, С. Кохену) 19. Процессы оценки событий 20. Параметры оценки экстремальной ситуации 21. Копинг как реакция на стрессовую ситуацию с целью совладания с ней 22. Основное отличие копинга от защитного поведения 23. Виды копинговых реакций 24. Деструктивные жизненные стратегии: агрессивность, конфликтность, уход в болезнь, редукция, неадаптированность, бытовое пьянство, алкоголизм, наркомания, суицид 25. Их краткая характеристика.		
1. Помощь человеку в кризисной ситуации 2. Психологические ресурсы личности 3. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций 4. Психологическое сопровождение личности в период кризиса 5. Основные направления работы психологической службы в зоне ЧС 6. Требования к специалисту, оказывающему помощь 7. Основные правила работы психологической службы в зоне ЧС 8. Помощь человеку в острой ситуации кризиса.	20	Составление опорной схемы по вопросу, решение задач
ИТОГО	60	

5.3. Виды и формы письменных работ, предусмотренных при освоении дисциплины (модуля), выполняемые обучающимися самостоятельно

Основные требования к составлению доклада для семинарского занятия

Доклад состоит из трёх частей: введение, основная часть, выводы.

Введение – предварительное сообщение общего характера.

Основная часть доклада состоит из двух частей теоретической и практической. В теоретическом разделе отражаются основные научные положения по заявленной теме. В практической части дается анализ конкретных ситуаций по исследуемой проблематике.

Выводы доклада формируются на основе полученных теоретических знаний, а также студент предлагает свои предложения и рекомендации по заявленному вопросу семинарского занятия.

Доклад должен сопровождаться презентационным материалом. В презентационном докладе могут содержаться видеоматериалы, помимо основных текстовых положений темы. Допустимый объём слайдов 8-10. При подготовке всех форм семинарских занятий студенты должны использовать максимальный объём научной литературы. Помимо предложенного списка источников допускается и даже приветствуется самостоятельный подбор литературы студентом.

Особенности работы над рефератом

Подготовка реферата (доклада).

Цель задания – самостоятельное углублённое изучение отдельных тем курса, выработка навыков научного анализа психологической литературы.

Реферат представляет собой сокращённое отображение реферируемого произведения (15-20 стр. текста). Главным его достоинством является по возможности точное, концентрированное воспроизведение предмета реферирования, изложение в письменном виде и/или в форме публичного выступления результатов самостоятельного изучения какой-либо проблемы. В зависимости от выбранной темы, целей и задач исследования реферат по клинической психологии предполагает обзор психологических первоисточников, историко-психологической и научно-теоретической литературы. Написание реферата предполагает изложение авторской позиции по выбранной проблеме путём сопоставления с реферируемым произведением. Перечень тем рефератов и докладов представлен в программе.

Особенности выполнения задания.

Предложенные темы рекомендуется раскрывать по нескольким работам, соответственно изложение темы будет носить обзорный характер. При подготовке рефератов студенты должны ориентироваться на список основной и дополнительной литературы, предложенный в программе дисциплины.

Общая структура реферата традиционно включает в себя введение, основную часть, заключение и библиографию.

Во введении обосновывается актуальность темы для науки и для изучения данного учебного курса в частности. Эта часть реферата также включает перечень ключевых для понимания данной проблемы понятий.

В основной части реферата передаётся содержание изученных первоисточников по данной проблеме.

В заключении студент приводит собственные выводы по изученной проблеме, высказывает аргументированное согласие/несогласие с позицией авторов.

Требования к оформлению работы.

Работа должна быть написана логично, последовательно, чётко, грамотно; с соблюдением абзацев, страницы пронумерованы, на каждой следует оставлять поля для замечаний рецензента.

Критерии оценивания рефератов

Оценкой «**отлично**» оценивается реферат, в котором соблюдены следующие требования: обоснована актуальность избранной темы; полно и четко представлены основные теоретические понятия; проведен глубокий анализ теоретических и практических исследований по проблеме; продемонстрировано знание методологических основ изучаемой проблемы; показана осведомленность о новейших исследованиях в данной отрасли (по материалам научной периодики); уместно и точно использованы различные иллюстративные приемы – примеры, схемы, таблицы и т. д.; показано знание межпредметных связей; работа написана с использованием терминов современной науки, хорошим русским языком, соблюдена логическая стройность работы; соблюдены все требования к оформлению реферата.

Оценкой «**хорошо**» оценивается реферативная работа, в которой в целом раскрыта актуальность темы; в основном представлен обзор основной литературы по данной проблеме; недостаточно использованы последние публикации по данному вопросу; выводы сформулированы недостаточно полно; собственная точка зрения отсутствует или недостаточно аргументирована; в изложении преобладает описательный характер.

Оценка «**удовлетворительно**» выставляется при условии: изложение носит исключительно описательный, компилятивный характер; библиография ограничена; изложение отличается слабой аргументацией; работа не выстроена логически; недостаточно используется научная терминология; выводы тривиальны; имеются существенные недостатки в оформлении.

Если большинство изложенных требований к реферату не соблюдено, то реферат не засчитывается.

Составление опорной схемы по вопросу

Самостоятельная работа студентов предполагает осмысление и структурирование изучаемого материала. Одной из форм структурирования изучаемого материала является составление опорной схемы по изучаемому вопросу.

Опорная схема – это блок-схема, т. е. схема, состоящая из блоков и связей между ними. Блоки нужно выделять на основе ключевых составляющих понятий или явлений, способа действия, алгоритма. Возможности современных офисных компьютерных программ облегчают

создание удобных для восприятия опорных схем. Опорную схему нужно пояснять дополнительными иллюстративными материалами, конкретными примерами,

Создавать опорную схему следует в следующем порядке:

- выделение ключевых фрагментов из вербального описания (литературного источника – статьи, монографии): смысловых блоков и связей между ними;
- выбор двух-трёх словесных обозначений для каждого фрагмента, при этом сокращение должно быть конструктивным;
- составление списка этих словесных обозначений, который поможет яснее увидеть связи между блоками и создать эскиз опорной схемы;
- создание черновика схемы на большом листе или в специальной компьютерной программе (например, MS Visio). Важно, чтобы схема могла допускать ее редактирование с целью ее симметричности, единообразия, удобства для восприятия и понимания. Целью является не быстрое, а качественное создание схемы;
- перенос готовой опорной схемы на носители, которые планируется использовать на занятии, в образовательной платформе дистанционного обучения LMS Moodle.

Наиболее удобно размещать опорную схему в электронной презентации. Презентация должна включать в себя, помимо первого («титульного») слайда, слайд со схематическим отображением сути раскрываемого вопроса (опорная схема), слайд с текстовым разъяснением схемы и слайд с выводом по раскрываемому вопросу.

Анализ монографий и составление аннотаций

Самостоятельная работа студентов предполагает следующие формы: изучение научно-методической работ и беседа по их содержанию, а также анализ и реферирование источников, обозначенных в программе.

Остановимся подробнее над тем, **как необходимо работать над литературным источником.**

Начинать работу над изучением книги (статьи) целесообразно с общего **предварительного знакомства**. Алгоритм работы может быть представлен следующим образом:

- формальные характеристики анализа – название, автор, когда издана (были ли дополнения, исправления, переработки и т.д., трансформировались ли взгляды автора по данной проблеме), выясняем объём;
- содержательный обзор – знакомимся с введением, оглавлением, с общим планом, с заключением, в котором автор, как правило, резюмирует основное.

После предварительного знакомства следует бегло ознакомиться со всем текстом, выделенным для анализа, при этом главной задачей будет постараться понять содержание текста в целом, выделить основные мысли или идеи текста (о чём говорится? какие вопросы ставиться). Какова позиция автора (позитивная, негативная, нейтральная, двойственное отношение к изложенной проблеме; предлагаемый ответ на поставленный вопрос, основные аргументы)? Определите проблему или проблематику, поднятую автором, насколько она актуально и значима.

Работая с источником, можно придерживаться следующих рекомендаций.

Обращайте внимания на все непонятные понятия и выражения, работая с текстом, используйте понятийный словарь. Ведите диалог с автором текста. Читая, ставьте вопросы к тексту и выдвигайте предположения о дальнейшем его содержании. Проверяйте верность выдвинутых вами предположений при чтении последующих частей текста.

Спорьте с автором, выдвигайте свои контраргументы. (Свой ответ аргументируйте, используя значения из других теоретических источников, практического материала, жизненных наблюдений). Старайтесь выделять в тексте главное, существенные мысли. Найдите важную информацию, делайте выписки основных идей, положений. Обращайте внимание на фразы, выделенные графически (так как именно они часто выражают ключевые понятия и мысли). Особое внимание уделяйте первым фразам каждого абзаца, так как они, как правило, выражают обобщающее суждение автора. Это поможет выполнить задание, связанные с анализом текста, позволит лучше понять позицию автора текста.

Заключительные этап работы с текстом предполагает повторное прочитывание текста с конспектированием (выделение плана, отбор цитат и т.д.). Работая на данном этапе, следует отбирать главные мысли автора, основные положения, выписывать новые термины, уточнять их

содержание. На этом этапе читаемый материал включается в уже имеющиеся знания, и занимают в их системе определённое место. При высказывании собственного мнения необходимо сохранять научный стиль изложения собственной позиции по анализируемому источнику.

Критерии оценивания задания:

Исходя из общих принципов оценивания самостоятельной работы студентов, выполнения задания оценивается по следующим критериям: глубина и полнота раскрытия проблем, изложенных в первоисточнике; логичность и связанность изложения авторской позиции, точность передачи содержания первоисточника; наличие собственного мнения по проблемам, поднимаемым в первоисточнике; культура речи.

Составление опорных схем и таблиц

Цель работы – формирование у студента навыка анализа учебно-методического текста в виде словесно-схематического изображения прочитанного.

Особенности выполнения задания.

Тема для составления опорных схем и таблиц выбирается студентами самостоятельно из представленного в программе списка. Содержательное наполнение схем и таблиц должно развивать положения, представленные в лекционном курсе или представлять альтернативные подходы к изучаемой проблеме.

Основное содержание опорных схем обязательно должно включать в себя следующие моменты:

- описание сущности изучаемого явления или феномена;
- выделение особенностей протекания психических процессов;
- раскрытие особенностей работы психолога по данной тематике.
- список использованной литературы.

Критерии оценки – полнота изложенного материала, последовательность в раскрытии проблемы, чёткость формулировок, обозначение взаимосвязи между отдельными аспектами проблемы, аккуратность оформления.

Каждое грамотно выполненное задание оценивается в 5 баллов.

Составление тематического словаря понятий.

Словарь необходимо вести на протяжении изучения курса, в процессе изучения каждого раздела учебной дисциплины. При этом выбранная тема словаря должна расширяться на каждом этапе обучения. При заполнении терминологического словаря рекомендуется использовать следующий алгоритм анализа: термин; содержание; автор термина; источник сведений (наименование источника, изд-во, год, стр.)

Составление глоссария ключевых понятий психологии развития.

Глоссарий необходимо вести на протяжении изучения курса, в процессе изучения каждого раздела учебной дисциплины. При этом выбранная тема глоссария должна расширяться на каждом этапе обучения. При заполнении терминологического глоссария рекомендуется использовать следующий алгоритм анализа: термин; содержание; автор термина; источник сведений (наименование источника, изд-во, год, стр.) Количество терминов не менее 30.

Глоссарий может быть составлен по следующему образцу:

Понятие	Определение	Автор, выходные данные источника
Амбивалентность	(от лат. <i>ambo</i> – оба и <i>valentia</i> – сила) термин З. Фрейда. А. – характеристика влечений, в которых психоанализ выделяет созидательные и разрушительные тенденции – влечение к жизни и влечение к смерти (Эрос и Танатос).	Психологический словарь, М., 2006.

Критериями для оценивания качества словаря являются:

- соответствие терминов заданной направленности словаря;
- полнота словаря;
- наличие альтернативных толкований того или иного термина.

6. ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ

Возможно применение электронного обучения и дистанционных образовательных технологий. В соответствии с требованиями ФГОС ВО по направлению подготовки реализация компетентностного подхода предусматривает широкое использование в учебном процессе активных и интерактивных форм проведения занятий (компьютерных симуляций, деловых и ролевых игр, разбор конкретных ситуаций, психологические и иные тренинги, диспуты, дебаты, портфолио круглые столы и пр.) в сочетании с внеаудиторной работой с целью формирования и развития требуемых компетенций обучающихся.

6.1. Образовательные технологии

Используются формы учебных занятий, развивающих у обучающихся навыки командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерские качества с применением образовательных технологий: групповые дискуссии, анализ ситуаций и имитационных моделей, «равный обучает равного».

Учебные занятия по дисциплине проводятся с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) интерактивном взаимодействии обучающихся и преподавателя в режимах on-line и off-line в формах: лекций-презентаций, выполнения виртуальных практических работ на платформах «Электронное образование» и «Zoom».

Учебные занятия по дисциплине могут проводиться с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) интерактивном взаимодействии обучающихся и преподавателя в режимах on-line и/или off-line в формах: видеолекций, лекций-презентаций, видеоконференции, собеседования в режиме чат, форума, чата, выполнения виртуальных практических и/или лабораторных работ и др.

Таблица 5.

Образовательные технологии, используемые при реализации учебных занятий

Раздел, тема дисциплины (модуля)	Форма учебного занятия		
	Лекция	Практическое занятие, семинар	Лабораторная работа
Раздел I. Теоретико-методологические и прикладные аспекты психологии экстремальных ситуаций	Обзорная лекция	Составление опорной схемы по вопросу	Не предусмотрено
Раздел II. Особенности поведения человека в экстремальной ситуации	Лекция-диалог	Составление опорной схемы по вопросу	Не предусмотрено
Раздел III. Особенности организации и деятельности психологической службы в зоне ЧС	Обзорная лекция	Составление опорной схемы по вопросу, решение задач	Не предусмотрено

6.2. Информационные технологии

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

- использование электронных учебников и различных сайтов (электронные библиотеки, журналы 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 платформы использование виртуальной обучающей среды LMS Moodle «Электронное образование» в качестве виртуальной обучающей среды.

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, Google Chrome, Opera	Браузеры
Microsoft Office 2013, Microsoft Office Project 2013, Microsoft Office Visio 2013, OpenOffice	Пакеты офисных программ
7-zip	Архиватор
Microsoft Windows 7 Professional	Операционная система
Kaspersky Endpoint Security	Средство антивирусной защиты

6.3.2. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

- Электронная библиотечная система (ЭБС) ООО «Политехресурс» «Консультант студента» www.studentlibrary.ru. *Регистрация с компьютеров АГУ.*
- Электронная библиотека «Астраханский государственный университет» собственной генерации на платформе ЭБС «Электронный Читальный зал – БиблиоТех». <https://biblio.asu.edu.ru> *Учетная запись образовательного портала АГУ*
- Электронный каталог Научной библиотеки АГУ. Включает библиографические описания книг, электронных изданий, статей из журналов и газет, находящихся в фонде библиотеки. <https://library.asu.edu.ru>. *Доступ свободный.*
- Электронный каталог «Научные журналы АГУ»: <http://journal.asu.edu.ru/> *Доступ свободный*
- Электронно-библиотечная система издательства «ЮРАЙТ» раздел «ЛЕГЕНДАРНЫЕ КНИГИ». www.biblio-online.ru, <https://urait.ru/>. *Доступ свободный.*
- Электронная библиотечная система IPRbooks. www.iprbookshop.ru
- *Универсальная справочно-информационная полнотекстовая база данных периодических изданий ООО "ИВИС".* <http://dlib.eastview.com>

7. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

7.1. Паспорт фонда оценочных средств

При проведении текущего контроля и промежуточной аттестации по дисциплине (модулю) «Психология экстремальных 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 (модулей) и прохождением практик, а в процессе освоения дисциплины (модуля) – последовательным достижением результатов освоения содержательно связанных между собой разделов, тем.

Таблица 6.

Соответствие разделов, тем дисциплины (модуля), результатов обучения по дисциплине (модулю) и оценочных средств

Контролируемые разделы дисциплины (модуля)	Код контролируемой компетенции (компетенций)	Наименование оценочного средства
Раздел I. Теоретико-методологические и прикладные аспекты психологии	УК-8; ПК-5	Составление опорной схемы по вопросу

экстремальных ситуаций		
Раздел II. Особенности поведения человека в экстремальной ситуации	УК-8; ПК-5	Составление опорной схемы по вопросу
Раздел III. Особенности организации и деятельности психологической службы в зоне ЧС	УК-8; ПК-5	Составление опорной схемы по вопросу, решение задач

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, 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 (модулю)

Раздел I. Теоретико-методологические и прикладные аспекты психологии экстремальных

ситуаций

1. Составление опорной схемы по следующим вопросам:

1. Психология экстремальных ситуаций как направление прикладной психологии
2. Проблемы оценки, предвидения и оптимизации психических состояний и поведения человека в стрессовых ситуациях
3. Основные направления исследования психологии экстремальных ситуаций: психологические особенности жизнедеятельности человека в экстремальных условиях жизни и работы
4. Различные виды экстремальных ситуаций
5. Требование перестройки и адаптации, внешние и внутренние изменения человека в стрессовой ситуации
6. Типология экстремальных ситуаций (по Ф. Е. Василюк)
7. Структура экстремальной ситуации (по Ф. Е. Василюк)
8. Основные понятия, описывающие в современной психологии экстремальные ситуации: стресс, кризис, фрустрация, внутриличностный конфликт

Составление опорной схемы по одному из предложенных вопросов (на выбор студента) и представление её в формате презентации. Презентация должна включать в себя, помимо первого («титульного») слайда, слайд со схематическим отображением сути раскрываемого вопроса (схема, таблица, рисунок и проч.) и слайд с самостоятельным выводом студента по раскрываемому вопросу.

Раздел II. Особенности поведения человека в экстремальной ситуации

1. Составление опорной схемы по следующим вопросам:

1. Типы чрезвычайных ситуаций (природные, техногенные)
2. Основные периоды стихийных бедствий: период предвоздействия, период воздействия (фаза героизма), период послевоздействия (фаза медового месяца, фаза разочарования, фаза восстановления)
3. Психологическая травма
4. Стратегии поведения людей, переживших психотравму
5. Факторы, усиливающие разрушительное воздействие психотравмы
6. Основные типы экстремальных ситуаций: стресс, фрустрация, внутриличностный конфликт, кризис
7. Кризисы утраты
8. Краткая характеристика, специфические особенности протекания
9. Биографические кризисы
10. Травматические кризисы
11. Психологическая травма, определение и основные характеристики
12. Особенности травматического события, травматические стрессовые реакции
13. Виды травматических кризисов в зависимости от источника психотравмы (катастрофы и чрезвычайные ситуации, войны, насилие, сексуальное насилие и т.п.)
14. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, стадии развития, типичные нарушения
15. Возрастные особенности протекания ПТСР
16. Основные черты травматической личности.
17. Субъективная сложность (многоуровневость) переживания критической ситуации
18. Структура стрессового события и переработки стресса (по С. Фолькману, Р. С. Лазарусу, С. Кохену)
19. Процессы оценки событий
20. Параметры оценки экстремальной ситуации
21. Копинг как реакция на стрессовую ситуацию с целью совладания с ней
22. Основное отличие копинга от защитного поведения
23. Виды копинговых реакций
24. Деструктивные жизненные стратегии: агрессивность, конфликтность, уход в болезнь, редукция, неадаптированность, бытовое пьянство, алкоголизм, наркомания, суицид
25. Их краткая характеристика. Составление опорной схемы по одному из предложенных вопросов (на выбор студента) и представление её в формате презентации. Презентация должна

включать в себя, помимо первого («тительного») слайда, слайд со схематическим отображением сути раскрываемого вопроса (схема, таблица, рисунок и проч.) и слайд с самостоятельным выводом студента по раскрываемому вопросу.

Раздел III. Особенности организации и деятельности психологической службы в зоне ЧС

1. Составление опорной схемы по следующим вопросам:

1. Помощь человеку в кризисной ситуации
2. Психологические ресурсы личности
3. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций
4. Психологическое сопровождение личности в период кризиса
5. Основные направления работы психологической службы в зоне ЧС
6. Требования к специалисту, оказывающему помощь
7. Основные правила работы психологической службы в зоне ЧС
8. Помощь человеку в острой ситуации кризиса.

Составление опорной схемы по одному из предложенных вопросов (на выбор студента) и представление её в формате презентации. Презентация должна включать в себя, помимо первого («тительного») слайда, слайд со схематическим отображением сути раскрываемого вопроса (схема, таблица, рисунок и проч.) и слайд с самостоятельным выводом студента по раскрываемому вопросу.

Ситуационные задачи

Ситуационная задача №1:

Сильнее всего доверие нарушено у жертв насилия или злоупотребления (например, насилие над детьми, изнасилование, пытки). Эти клиенты в начале терапии демонстрируют «тестирующее поведение», оценивая, насколько адекватно терапевт реагирует на их рассказ о травматических событиях. Сильно травмированные клиенты часто прибегают к помощи различных ритуалов для канализации своих страхов (например, двери и окна должны всегда быть открыты) 1) Как должен вести себя терапевт в начальном периоде психотерапии? 2) Какой должна быть реакция терапевта на наличие ритуалов у клиента и тактика по отношению к медикаментозному лечению?

Ответ 1: Для постепенного формирования доверия полезны высказывания терапевта, в которых признаются трудности, пережитые клиентом; терапевт в любом случае должен сначала заслужить доверие клиента.

Ответ 2: терапевт должен реагировать на это с уважением и пониманием. Снижение дозы медикаментов или полный отказ от них до начала терапии необходим потому, что в противном случае не будет достигнуто улучшение, основанное на новом понимании происшедшего и на новых возможностях совладания с травматическими переживаниями.

2. Ситуационная задача №2:

«Нет, такого клиента я не вынесу!» Собственные чувства терапевта (страх, отвращение) нарушают его способность воспринимать рассказ клиента; возможно возникновение недоверия к отдельным деталям. Терапевт сидит с отсутствующим выражением лица, демонстрируя нежелание или неспособность воспринять рассказ о травме, поверить и переработать его. Подобная установка ведет к тому, что терапевт не задает никаких вопросов относительно деталей и конкретных переживаний, как бы дистанцируясь от проблем клиента. 1) Квалифицируйте поведение психотерапевта 2) К чему может привести данное поведение терапевта?

Ответ 1: Терапевт демонстрирует защитное поведение, которое является фундаментальной ошибкой в терапии травмированных клиентов

Ответ 2: Нежелание терапевта касаться отталкивающих (с точки зрения общепринятой морали) биографических фактов жизни клиента все более отдаляет их друг от друга, тем самым усиливая «заговор молчания», что в итоге может привести к развитию хронической формы ПТСР.

3. Ситуационная задача №3: В процессе психотерапии терапевт принимает на себя роль товарища по несчастью или по борьбе, испытывает опасение усилить травматизацию, боясь вызвать декомпенсацию у клиента при расспросе о содержании и деталях пережитой травмы, он не в состоянии собраться с мыслями, от услышанного у него выступают слезы на глазах 1) Квалифицируйте позицию терапевта 2) Чем опасна данная позиция?

Ответ 1: В данном случае проявляется «Сверхидентификация» – крайняя позиция терапевта,

связанная с фантазиями спасения или мести и обусловленная «избытком» эмпатии, в результате чего терапевт может выйти за рамки профессионального общения.

Ответ 2: Опасность такой позиции состоит в том, что она существенно ограничивает возможность предложить клиенту коррективный эмоциональный опыт, может оказать разрушительное влияние на терапевтические отношения. У клиента появляются сомнения в действиях терапевта, поскольку последний не способен вынести его рассказа. Однако большинство клиентов могут выдержать кратковременный прорыв чувств терапевта при условии, что затем он снова возвращается к своей профессиональной роли. Таким образом, слишком сильная эмоциональная реакция терапевта так же вредна, как и слишком слабая.

4. Ситуационная задача №4: Пациент К., 45 лет пришел на прием по поводу участвовавших приступов навязчивых воспоминаний (от нескольких раз в неделю до нескольких раз в сутки). Особенно часто данные симптомы возникают на фоне нервного перенапряжения. Жалуется также на ночные кошмары, боится заснуть – как следствие – страдает от бессонницы. Также жалуется на ночные приступы ощущения нехватки воздуха, сопровождающиеся ощущением ужаса, потливостью и жаром, сменяющимся ознобом. Патологического изменения черт характера не выявлено, отмечается повышенная раздражительность; легко идет на контакт, за медицинской помощью обратился самостоятельно. Готов обсуждать свои проблемы с врачом психологом, хотя в повседневной жизни всячески избегает ситуаций, напоминающих о полученной травме. 1) Определите тип посттравматического синдрома 2) Назовите диагностические критерии ПТСР согласно МКБ-10

Ответ 1: Тревожный тип посттравматического синдрома. Больные с тревожным типом ПТСР страдают от нарушения социальной адаптации, которое, однако, связано не с патологическими изменениями черт характера, а с тяжелым психологическим состоянием и повышенной раздражительностью.

Ответ 2: Диагноз «посттравматическое стрессовое расстройство» выставляют на основании жалоб больного, наличия тяжелой психологической травмы в недавнем прошлом и результатов специальных опросников. Диагностическими критериями ПТСР согласно МКБ-10 являются угрожающая ситуация, способная вызывать ужас и отчаяние у большинства людей; стойкие и яркие флеш-беки, которые возникают как в состоянии бодрствования, так и во сне, и усиливаются, если больной сознательно или невольно ассоциирует теперешние события с обстоятельствами психологической травмы; попытки избежать ситуаций, напоминающих о травматическом событии; повышенная возбудимость и частичная утрата воспоминаний о психотравмирующей ситуации

5. Ситуационная задача № 5: На приеме пациентка Л. (49лет). Объективно: преобладает симптоматика истощения нервной системы – на первый план выходят такие симптомы, как слабость, вялость, резкое снижение умственной и физической работоспособности. В клинической беседе выявлено: потеря интереса к жизни и ощущение собственной ущербности. Приступы навязчивых воспоминаний о травмирующем событии не столь ярки, поэтому не сопровождаются ощущением ужаса и симптомами нарушения деятельности вегетативной нервной системы. Пациентка не жалуется на бессонницу, но ей трудно с утра подняться с постели, а днем она находится в состоянии полудремы 1) Определите тип посттравматического синдрома 2) Дайте определение посттравматического стрессового расстройства

Ответ 1: Астенический тип посттравматического стрессового расстройства. Как правило, пациенты с астеническим типом посттравматического синдрома не избегают разговоров о пережитом и часто самостоятельно обращаются за медицинской помощью.

Ответ 2: Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР) – нарушение нормальной работы психики в результате единичной или повторяющейся психотравмирующей ситуации. ПТСР характеризуется повышенной тревожностью и навязчивыми воспоминаниями о травмирующем событии при настойчивом избегании мыслей, чувств, разговоров и ситуаций, так или иначе связанных с травмой

Темы для рефератов

1. Биографические кризисы
2. Виды копинговых реакций
3. Виды травматических кризисов в зависимости от источника психотравмы (катастрофы и чрезвычайные ситуации, войны, насилие, сексуальное насилие и т.п.)

4. Возрастные особенности протекания ПТРС
5. Деструктивные жизненные стратегии: агрессивность, конфликтность, уход в болезнь, редукция, неадаптированность, бытовое пьянство, алкоголизм, наркомания, суицид
6. Их краткая характеристика.
7. Копинг как реакция на стрессовую ситуацию с целью совладания с ней
8. Краткая характеристика, специфические особенности протекания
9. Кризисы утраты
10. Основное отличие копинга от защитного поведения
11. Основные направления исследования психологии экстремальных ситуаций: психологические особенности жизнедеятельности человека в экстремальных условиях жизни и работы
12. Основные направления работы психологической службы в зоне ЧС
13. Основные периоды стихийных бедствий: период предвоздействия, период воздействия (фаза героизма), период послевоздействия (фаза медового месяца, фаза разочарования, фаза восстановления)
14. Основные понятия, описывающие в современной психологии экстремальные ситуации: стресс, кризис, фрустрация, внутриличностный конфликт
15. Основные правила работы психологической службы в зоне ЧС
16. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций
17. Основные типы экстремальных ситуаций: стресс, фрустрация, внутриличностный конфликт, кризис
18. Основные черты травматической личности.
19. Особенности травматического события, травматические стрессовые реакции
20. Параметры оценки экстремальной ситуации
21. Помощь человеку в кризисной ситуации
22. Помощь человеку в острой ситуации кризиса.
23. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, стадии развития, типичные нарушения
24. Проблемы оценки, предвидения и оптимизации психических состояний и поведения человека в стрессовых ситуациях
25. Процессы оценки событий
26. Психологическая травма
27. Психологическая травма, определение и основные характеристики
28. Психологические ресурсы личности
29. Психологическое сопровождение личности в период кризиса
30. Психология экстремальных ситуаций как направление прикладной психологии
31. Различные виды экстремальных ситуаций
32. Стратегии поведения людей, переживших психотравму
33. Структура стрессового события и переработки стресса (по С. Фолькману, Р. С. Лазарусу, С. Кохену)
34. Структура экстремальной ситуации (по Ф. Е. Василюк)
35. Субъективная сложность (многоуровневость) переживания критической ситуации
36. Типология экстремальных ситуаций (по Ф. Е. Василюк)
37. Типы чрезвычайных ситуаций (природные, техногенные)
38. Травматические кризисы
39. Требование перестройки и адаптации, внешние и внутренние изменения человека в стрессовой ситуации
40. Требования к специалисту, оказывающему помощь
41. Факторы, усиливающие разрушительное воздействие психотравмы

Вопросы к зачёту

1. Психология экстремальных ситуаций как направление прикладной психологии
2. Проблемы оценки, предвидения и оптимизации психических состояний и поведения человека в стрессовых ситуациях
3. Основные направления исследования психологии экстремальных ситуаций:

психологические особенности жизнедеятельности человека в экстремальных условиях жизни и работы

4. Различные виды экстремальных ситуаций
5. Требование перестройки и адаптации, внешние и внутренние изменения человека в стрессовой ситуации
6. Типология экстремальных ситуаций (по Ф. Е. Василюк)
7. Структура экстремальной ситуации (по Ф. Е. Василюк)
8. Основные понятия, описывающие в современной психологии экстремальные ситуации: стресс, кризис, фрустрация, внутриличностный конфликт
9. Типы чрезвычайных ситуаций (природные, техногенные)
10. Основные периоды стихийных бедствий: период предвоздействия, период воздействия (фаза героизма), период послевоздействия (фаза медового месяца, фаза разочарования, фаза восстановления)
11. Психологическая травма
12. Стратегии поведения людей, переживших психотравму
13. Факторы, усиливающие разрушительное воздействие психотравмы
14. Основные типы экстремальных ситуаций: стресс, фрустрация, внутриличностный конфликт, кризис
15. Кризисы утраты
16. Краткая характеристика, специфические особенности протекания
17. Биографические кризисы
18. Травматические кризисы
19. Психологическая травма, определение и основные характеристики
20. Особенности травматического события, травматические стрессовые реакции
21. Виды травматических кризисов в зависимости от источника психотравмы (катастрофы и чрезвычайные ситуации, войны, насилие, сексуальное насилие и т.п.)
22. Посттравматическое стрессовое расстройство: симптомы, стадии развития, типичные нарушения
23. Возрастные особенности протекания ПТСР
24. Основные черты травматической личности.
25. Субъективная сложность (многоуровневость) переживания критической ситуации
26. Структура стрессового события и переработки стресса (по С. Фолькману, Р. С. Лазарусу, С. Кохену)
27. Процессы оценки событий
28. Параметры оценки экстремальной ситуации
29. Копинг как реакция на стрессовую ситуацию с целью совладания с ней
30. Основное отличие копинга от защитного поведения
31. Виды копинговых реакций
32. Деструктивные жизненные стратегии: агрессивность, конфликтность, уход в болезнь, редукция, неадаптированность, бытовое пьянство, алкоголизм, наркомания, суицид
33. Их краткая характеристика.
34. Помощь человеку в кризисной ситуации
35. Психологические ресурсы личности
36. Основные средства оказания психологической помощи в период чрезвычайных ситуаций
37. Психологическое сопровождение личности в период кризиса
38. Основные направления работы психологической службы в зоне ЧС
39. Требования к специалисту, оказывающему помощь
40. Основные правила работы психологической службы в зоне ЧС
41. Помощь человеку в острой ситуации кризиса.

Таблица 9.

Примеры оценочных средств с ключами правильных ответов

№ п/п	Тип задания	Формулировка задания	Правильный ответ	Время выполнения (в минутах)
-------	-------------	----------------------	------------------	------------------------------

УК-8

Способность создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе, при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов

1	Задание закрытого типа	Устойчивое отношение людей к тем или иным социальным объектам, людям и событиям, происходящим в обществе называется: а) социальная установка; б) эффект первичности и новизны; в) влияние доверия людей к источнику информации; г) порядок получения людьми информации из ее источника; д) социально-психологическая дистанция между людьми и источником информации	а) социальная установка	2 мин.
2		Что не входит в основные компоненты социальной установки? а) групповые; б) когнитивные; в) эмоциональные; г) поведенческие	а) групповые	2 мин.
3		Преимущественное влияние на образ человека первой информации, полученной о нём, называется: а) эффект первичности; б) эффект новизны	а) эффект первичности	2 мин
4		Преимущественное влияние на образ человека последней, полученной о нём информации, называется: а) эффект новизны; б) эффект	а) эффект новизны	2 мин.

		первичности		
5		Что не входит в виды общения: а) коммуникационное; б) деловое; в) личное; г) непосредственное; д) опосредованное; е) общение с обратной связью	а) коммуникационное	2 мин
6	Задание открытого типа	От чего зависит эффективность групповой (совместной) деятельности людей?	От величины, композиции, каналов коммуникации, типа групповой задачи, групповых норм, распределения обязанностей, стиля лидерства и межличностных отношений	10
7		От чего зависит проблематика социально-психологических исследований, разрабатываемая в разных странах?	От проблем социально-психологического характера, которые являются актуальными для соответствующего общества	10
8		Какими методами исследования пользуются в социальной психологии как науке?	Наблюдения, опросы, экспериментальные методы, аппаратные методы, социально-психологические тесты, математические методы	10
9		Какие существуют разновидности социального поведения?	Поведение, направленное на достижение успехов и избегания неудач, аффилиативное поведение, поведение, ориентированное на приобретение власти, поведение, связанное с получением или оказанием помощи людям, поведение уверенного в себе и беспомощного человека	10
10		Чем лидер отличается	Руководитель	10

		от руководителя?	группы назначается, а лидер выбирается; руководитель группы имеет официальные полномочия, а лидер их не имеет; руководитель группы отвечает за то, что в ней происходит, а лидер группы такой ответственности не несет	
11.	Задания комбинированного типа	Типология экстремальных ситуаций: 1. По внезапности 2. По масштабу 3. По скорости 4. По продолжительности 5. все верные	5 По внезапности. Различают внезапные и ожидаемые чрезвычайные ситуации. По скорости распространения. Чрезвычайные, умеренные, плавные. По масштабу распространения. Может быть локальный, местный, территориальный, региональный, федеральный, трансграничный. По продолжительности. Экстремальные ситуации бывают кратковременные и затяжные.	10

ПК-5.

Способность создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека с применением современных достижений клинической психологии

1	Задание закрытого типа	Учебно-профессиональная деятельность – ведущая деятельность... а) взрослости б) юности в) молодости	б) юности	2 мин.
2		К источникам психического развития относятся: а) среда и социальный опыт	а) среда и социальный опыт	2 мин.

		б) онтогенез и филогенез в) наследственность и среда		
3		Становление человека как субъекта собственного развития, обострённая потребность в самоуважении, неудовлетворённость собой, внутренняя напряжённость, кризис одиночества, личностное отношение к миру – характеристика этого этапа жизни а) кризис перехода к юности б) подростковый возраст в) младший школьный возраст	а) кризис перехода к юности	2 мин
4	Задание закрытого типа	Социальная ситуация развития младенческого периода: а) «Мы» – неразрывная связь ребёнка и матери б) «Я» – отделение от матери в) «Они и Я» – социализация	а) «Мы» – неразрывная связь ребёнка и матери	2 мин.
5	Задание закрытого типа	Переоценка и корректировка жизненных и профессиональных планов характерна для: а) кризиса «смысла жизни» и кризиса «середины жизни» б) кризиса выхода на пенсию в) всех перечисленных кризисов	в) всех перечисленных кризисов	2 мин
6	Задание открытого типа	_____ – внутренние противоречия между постоянно опережающими потребностями	Движущие силы развития	10

		человека и, как правило, отстающими возможностями их удовлетворения		
7		Появление самостоятельности, аффективные расстройства, гипобулические (протестные) реакции, временный регресс в развитии – это характеристики ...	кризиса первого года жизни	10
8		Деление целостного жизненного цикла на временные отрезки (периоды), измеряемые в годах – это ...	возрастная периодизация	10
9		Ломка старой системы отношений, «мотивационный вакуум», трудности в общении со взрослыми, психологический «отход» от школы, стремление к независимости и взрослому стилю поведения – характеристика этого этапа жизни ребёнка	предподростковый кризис	10
10		В основу этой периодизации положен закон чередования двух систем: взаимоотношение ребёнка с миром людей и взаимоотношение ребёнка с миром предметов	периодизация психического развития Д. Б. Эльконина	10
11.	Задания комбинированного типа	Психологическая травма в психологии — это вред, нанесённый психическому здоровью человека в результате воздействия неблагоприятных факторов окружающей среды. Приведите примеры?	Примеры психологических травм: физическое или сексуальное насилие, буллинг, природные катаклизмы, ДТП, детские переживания (развод родителей,	10

			унижение со стороны матери или отца), смерть близкого человека	
--	--	--	--	--

Полный комплект оценочных материалов по дисциплине (модулю) (фонд оценочных средств) хранится в электронном виде на кафедре, утверждающей рабочую программу дисциплины (модуля).

7.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю)

Для контроля текущей успеваемости и промежуточной аттестации используется рейтинговая система оценки знаний. Система *текущего контроля* включает:

- 1) контроль посещения и работы на лекционных и семинарских занятиях;
- 2) контроль выполнения студентами заданий для самостоятельной работы;
- 3) контроль знаний, умений, навыков в форме практических заданий;
- 4) итоговое тестирование.

Работа на семинарских занятиях оценивается преподавателем по итогам подготовки и выполнения студентами практических заданий, активности работы в группе и самостоятельной работе. Пропуск семинарских занятий предполагает отработку по пропущенным темам. Форма отработки определяется преподавателем, ведущим семинар (письменное эссе, написание реферата по теме пропущенного семинарского занятия, письменный отчет о выполнении практического задания, конспект статьи, проведение промежуточного тестирования знаний или пр.)

Контрольная работа проводится в конце изучения каждого раздела на последнем лекционном или последнем семинарском занятии и предназначена для оценки знаний, умений и навыков, приобретенных в процессе теоретических и практических занятий.

Форма *промежуточного контроля* – зачёт. Оценка за зачёт является составной и выставляется как сумма оценок по стобалльной шкале (с округлением до целого) по результатам выполнения следующих заданий:

1. Выполнение заданий для самостоятельной работы;
2. Оценки за работу на семинарских занятиях (степень активности на семинарских занятиях в виде выступлений с сообщениями, докладами, участия в дискуссии);
3. Выполнение письменных контрольных работ;
4. Результаты итогового тестирования;
5. Собеседование на зачёте.

Таблица 10.

Технологическая карта рейтинговых баллов по дисциплине (модулю)

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий / баллы	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
Основной блок				
1.	Выступление на практических занятиях	3 семинара	15	по расписанию
1.1	полный ответ по вопросу	3	9	
1.2	доклад (сообщение) по дополнительной теме	1	3	
1.3	дополнение	1	3	
2.	Выполнение контрольной работы	2*4	8	по расписанию
3.	Коллоквиум, диспут, дискуссия	3*4	12	по расписанию
4	Промежуточный контроль (практические задания)	2 б. за один правильный ответ	6	по расписанию
5	Реферат на тему по выбору	3*3	9	по расписанию
Количество баллов к рубежному контролю (15 неделя)			50	
Промежуточный контроль				

6	Блок бонусов		9	
6.1.	Посещение занятий	1 балл за 1 занятие	3	по расписанию
6.2.	Активность студента на занятии	1 балл за 1 занятие	3	по расписанию
6.3.	Другие виды бонусов (своевременная сдача заданий)	1 балл за 1 задание	3	по расписанию
Всего			50	
дополнительный блок				
8.	Зачёт		50	по расписанию
Итого			100	

№ п/п	Контролируемые мероприятия	Количество мероприятий / баллы	Максимальное количество баллов	Срок предоставления
1.	Посещение занятий	1 балл за занятие	9	по расписанию
2.	Активность студента на занятии	1 балл за занятие	9	по расписанию
3.	Выступления на семинарских занятиях			по расписанию
3.1.	полный ответ на вопрос	2 балла	8	
3.2.	доклад (сообщение) по дополнительной теме	2 балла	8	
3.3.	дополнения	1 балл	8	по расписанию
4.	Контрольные работы	2 балла за к/р	8	по расписанию
5.	Зачёт	10 баллов	50	по расписанию
Итого			100 баллов	

Начисление бонусов

	Баллы
Отсутствие пропусков практических занятий	+ 2
Активная работа студента на занятии, существенный вклад студента на занятии	+ 3
Составление тематического портфолио	+ 3
Участие с докладами на научных конференциях	
- внутривузовской	+ 1
- городской	+ 2
- областной	+ 3
- региональной	+ 4
- международной	+ 5
Конспекты лекций, семинарских занятий, первоисточников при начислении баллов не учитываются	0

Система штрафов

Показатель	Баллы
Опоздание (два и более)	- 2
Не готов к практической части занятия	- 3
Нарушение учебной дисциплины	- 2
Пропуски занятий без уважительных причин (за одно занятие)	- 2
Нарушение правил техники безопасности	- 1
Отсутствие конспектов лекций, семинарских занятий, первоисточников при начислении баллов не учитываются	0

Преподаватель, реализующий дисциплину (модуль), в зависимости от уровня

подготовленности студентов может использовать различные формы, методы контроля и оценочные средства, исходя из конкретной ситуации.

8. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

8.1. Основная литература

1. Белашева И. В. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / Белашева И.В., Суворова А.В., Польшакова И.Н., Осипова Н.В., Ершова Д.А – Ставрополь: Изд-во СКФУ, 2015. – 262 с.
2. Гуревич П. С. Психология чрезвычайных ситуаций: учебное пособие. – М.: Пер Сэ, 2006. – 528 с.
3. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва: Издательство Юрайт, 2019. — 303 с.
4. Психология экстремальных ситуаций: учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений / [Т. Н. Гуренкова, И. Н. Елисеева, Т. Ю. Кузнецова и др.]; под общ. ред. Ю. С. Шойгу. — М.: Смысл; Издательский центр Академия, 2009. — 320 с.

8.2. Дополнительная литература

1. Виртц У., Цобели Й. Жажда смысла. Человек в экстремальных ситуациях. Пределы психотерапии. – М.: Когито-Центр, 2012. – 328 с.
2. Горбатюк, В. А. Профилактика зависимого поведения обучающихся: методическое пособие / В. А. Горбатюк. — Минск: Республиканский институт профессионального образования (РИПО), 2018. — 180 с. — ISBN 978-985-503-760-7. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/84886.html>
3. Иванов, А. А. Риск-менеджмент: учебное пособие / А. А. Иванов, С. Я. Олейников, С. А. Бочаров. — Москва: Евразийский открытый институт, 2011. — 304 с. — ISBN 978-5-374-00013-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/10817.html>
4. Ипатов, А. В. Профессиональные деструкции и их профилактика: монография / А. В. Ипатов, Т. Р. Шишигина. — Саратов: Ай Пи Эр Медиа, 2015. — 154 с. — ISBN 978-5-905916-81-6. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/31698.html>
5. Караяни А. Г., Цветков В. Л., Психология общения и переговоров в экстремальных условиях. – М.: ЮНИТИ-ДАНА, 2012. – 247 с.
6. Кузьмина, Ю. М. Преодоление и профилактика профессиональной деформации у специалистов социальной работы: монография / Ю. М. Кузьмина; под редакцией Г. Б. Хасанова. — Казань: Казанский национальный исследовательский технологический университет, 2015. — 100 с. — ISBN 978-5-7882-1843-4. — Текст: электронный // Электронно-библиотечная система IPR BOOKS: [сайт]. — URL: <http://www.iprbookshop.ru/63967.html>
7. Пономарёва И. М. Работа психолога в кризисных службах: учебное пособие / Пономарёва И. М. – СПб.: Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 198 с.
8. Тарабрина Н. В. Психология посттравматического стресса: теория и практика / Тарабрина Н. В. – М.: Институт психологии РАН, 2009. – 304 с.
9. Шапкин А. С., Шапкин В. А. Теория риска и моделирование рискованных ситуаций: учебник. – М.: Дашков и К, 2015. – 880 с.

8.3. Интернет-ресурсы, необходимые для освоения дисциплины (модуля)

1. 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 в настоящее время содержит около 15000 наименований. www.studentlibrary.ru. Регистрация с компьютеров АГУ

9. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

В качестве материально-технического обеспечения дисциплины (модуля) могут быть использованы технические и электронные средства обучения и контроля знаний студентов: компьютер, проектор или ноутбук для презентаций; демонстрационные приборы, мультимедийные средства, презентации, фрагменты фильмов, комплекты наглядных пособий, программы для презентаций, Интернет-ресурсы; возможность пользования библиотекой и читальным залом, оснащенным компьютерной техникой для доступа к базам данных Интернет и электронному каталогу библиотеки университе.

10. ОСОБЕННОСТИ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) ПРИ ОБУЧЕНИИ ИНВАЛИДОВ И ЛИЦ С ОГРАНИЧЕННЫМИ ВОЗМОЖНОСТЯМИ ЗДОРОВЬЯ

Рабочая программа дисциплины (модуля) 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. При обучении лиц с ограниченными возможностями здоровья учитываются их индивидуальные психофизические особенности. Обучение инвалидов осуществляется также в соответствии с индивидуальной программой реабилитации инвалида (при наличии).

Для лиц с нарушением слуха возможно предоставление учебной информации в визуальной форме (краткий конспект лекций; тексты заданий, напечатанные увеличенным шрифтом), на аудиторных занятиях допускается присутствие ассистента, а также сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков. Текущий контроль успеваемости осуществляется в письменной форме: обучающийся письменно отвечает на вопросы, письменно выполняет практические задания. Доклад (реферат) также может быть представлен в письменной форме, при этом требования к содержанию остаются теми же, а требования к качеству изложения материала (понятность, качество речи, взаимодействие с аудиторией и т. д.) заменяются на соответствующие требования, предъявляемые к письменным работам (качество оформления текста и списка литературы, грамотность, наличие иллюстрационных материалов и т. д.). Промежуточная аттестация для лиц с нарушениями слуха проводится в письменной форме, при этом используются общие критерии оценивания. При необходимости время подготовки к ответу может быть увеличено.

Для лиц с нарушением зрения допускается аудиальное предоставление информации, а также использование на аудиторных занятиях звукозаписывающих устройств (диктофонов и т. д.). Допускается присутствие на занятиях ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь. Текущий контроль успеваемости осуществляется в устной форме. При проведении промежуточной аттестации для лиц с нарушением зрения тестирование может быть заменено на устное собеседование по вопросам.

Для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата, на аудиторных занятиях, а также при проведении процедур текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации могут быть предоставлены необходимые технические средства (персональный компьютер, ноутбук или другой гаджет); допускается присутствие ассистента (ассистентов), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь (занять рабочее место, передвигаться по аудитории, прочитать задание, оформить ответ, общаться с преподавателем).