

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Луганский государственный университет имени Владимира Даля»

Институт философии  
Кафедра психологии и конфликтологии



Склар П. П.  
2019 года

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
«ПСИХОЛОГИЯ КАТАСТРОФ»

По направлению подготовки: 37.03.02 Конфликтология

Профиль: «Конфликтология»

Луганск – 2023

## Лист согласования РПУД

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология катастроф» по направлению подготовки 37.03.02 Конфликтологии. – \_\_\_\_ с.

Рабочая программа учебной дисциплины «Психология катастроф» разработана в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 37.03.02 Конфликтологии, утвержденным приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 29 июля 2020 г. № 840.

### СОСТАВИТЕЛЬ:

старший преподаватель Бережная Н.А.

Рабочая программа дисциплины утверждена на заседании кафедры психологии и конфликтологии «18 04 2023 г., протокол № 9

Заведующий кафедрой психологии и конфликтологии

prof. Скляр П. П.

Переутверждена: «  »    20   г., протокол №   

Рекомендована на заседании учебно-методической комиссии института философии «10 04 2023 г., протокол № 7».

Председатель учебно-методической комиссии института философии

Пидченко С. А.

## Структура и содержание дисциплины

### 1. Цели и задачи дисциплины, ее место в учебном процессе

Цель изучения дисциплины – является ознакомление с психологией катастроф, основами экстремальной психологии: основными категориями, базовыми принципами и методами работы психолога в экстремальной ситуации. Курс предполагает практическое знакомство студентов с основные направления развития и динамикой экстремальных состояний, методами психологической помощи субъектам экстремальных ситуаций.

**Задачи:**

ознакомление студентов с теоретическими и практическими знаниями, относящимися к сфере компетенций психологии катастроф, с базовыми понятиями экстремальной психологии;

формирование практических навыков на основе технологий профессиональной деятельности психолога в экстремальных условиях;

овладение методами и диагностическими методиками помощи пострадавшим;

формирование у студентов навыков владения профессиональной лексикой;

развитие умения применять полученные в рамках курса знания в научно-исследовательской, образовательной, культурно-просветительской, практической деятельности;

стимулирование студентов к самостоятельной деятельности по освоению данной дисциплины и формированию необходимых компетенций.

### 2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Дисциплина «Психология катастроф» относится к обязательным дисциплинам базовой части Блока 1 образовательной программы направления подготовки 37.03.02 Конфликтология профиля подготовки «Конфликтология». Необходимыми условиями для освоения дисциплины являются:

**знания включающие:**

сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; психологические особенности субъектов экстремальных ситуаций, катастроф, в том числе специалистов, жертв, пострадавших, очевидцев (свидетелей), наблюдателей, телезрителей; специфику восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами чрезвычайных ситуаций; методы оказания экстренной психологической помощи;

**умения:**

устанавливать контакт с субъектами катастроф и других экстремальных ситуаций в условиях чрезвычайной ситуации, подбирать нейропсихологические пробы с целью диагностики возможных нарушений, определяя индивидуальное состояние субъекта катастрофы или экстремальной ситуации;

**навыки:**

разного рода методами и формами оказания экстренной психологической помощи при острых реакциях на стресс; навыками обучения методам самопомощи в чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

Содержание дисциплины является логическим продолжением содержания дисциплин: «Психология личности», «Социальная психология», «Этические основы деятельности психолога», «Общая психология» и служит основой для прохождения преддипломной практики и написания выпускной квалификационной работы.

## 2. Требования к результатам освоения содержания дисциплины

Код и наименование компетенции	Индикаторы достижений компетенции (по реализуемой дисциплине)	Перечень планируемых результатов
Безопасность жизнедеятельности 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	УК-8.1. Знает терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, в том числе военных конфликтов, основные меры по ликвидации их последствий; технику безопасности и правила пожарной безопасности	Знает: сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; психологические особенности субъектов экстремальных ситуаций, катастроф, в том числе специалистов, жертв, пострадавших, очевидцев (свидетелей), наблюдателей, телезрителей; специфику восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами чрезвычайных ситуаций; методы оказания экстренной психологической помощи.
	УК-8.2. Способен разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Умеет: устанавливать контакт с субъектами катастроф и других экстремальных ситуаций в условиях чрезвычайной ситуации, подбирать нейропсихологические пробы с целью диагностики возможных нарушений, определяя индивидуальное состояние субъекта катастрофы или экстремальной ситуации.
	УК-8.3. Имеет опыт использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	Владеет: разного рода методами и формами оказания экстренной психологической помощи при острых реакциях на стресс; навыками обучения методам самопомощи в чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.

## 4. Структура и содержание дисциплины

#### 4.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем часов (зач. ед.)	
	Очная форма	Очно-заочная форма
<b>Общая учебная нагрузка (всего)</b>	<b>108</b> (3 зач. ед)	<b>108</b> (3 зач. ед)
<b>Обязательная контактная работа (всего)</b> <b>в том числе:</b>	<b>58</b>	<b>68</b>
Лекции	28	34
Семинарские занятия		
Практические занятия	28	34
Лабораторные работы	-	
Курсовая работа (курсовой проект)		
Другие формы и методы организации образовательного процесса ( <i>расчетно-графические работы, индивидуальные задания и т.п.</i> )	-	
<b>Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>48</b>	<b>36</b>
Форма аттестации	Зачет с оценкой VII семестре	Зачет с оценкой IX Семестре

#### 4.2. Содержание разделов дисциплины

Тема 1. Введение в психологию катастроф. Прикладная отрасль науки современного общества – психология катастроф. Понятие экстремальной ситуации. Общая характеристика экстремальной психологии как области науки и практики. Понятие экстремальной ситуации. Экстремальная ситуация и экстремальные условия деятельности. Сравнительная характеристика экстремальной, чрезвычайной и кризисной ситуаций; возможности взаимоперехода данных ситуаций.

Тема 2. Субъекты экстремальной ситуации: специалисты, жертвы, пострадавшие, очевидцы (свидетели), наблюдатели, телезрители. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные. Специфика психологической травматизации различных групп субъектов. Общие последствия влияния экстремальной ситуации на человека.

Тема 3. Типология экстремальных ситуаций. Варианты классификации экстремальных ситуаций. Ограничения типологии экстремальных ситуаций, основанной на типологии чрезвычайных ситуаций. Экстремальные ситуации, связанные с военными действиями. Экстремальные ситуации, возникающие как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф.

Тема 3. Психогенные реакции катастроф. Психические проявления пострадавших на воздействие экстремальной ситуации. Влияние экстремальной ситуации на спасателей. Травматические стрессовые

расстройства катастроф. Идентификация психогенных расстройств при чрезвычайных происшествиях. Алгоритм работы психолога при катастрофе. Специфика восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами ЧС. Экстремальные ситуации мирного времени. Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика

Тема 5. Понятие экстремального состояния. Основные параметры психических состояний. Особенности параметров экстремальных психических состояний. Подходы к выделению экстремальных психических состояний (К. Изард, С.Л. Соловьева. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация. П.И. Сидоров и др.).

Тема 6. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника. Понятие и виды страха. Страх в контексте тревожного ряда (по Ф.Б. Березину). Понятие и формы аффекта. Последствия аффективных состояний. Понятие и виды паники. Механизм развития паники. Стресс, фрустрация и конфликт как составляющие экстремального состояния. Динамика развития экстремальных состояний.

Тема 7. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний. Понятие стресса в психологии и физиологии. Стресс как неспецифическая реакция организма (теория Г. Селье). Современные теории стресса (Лазарус, Р. Розенфельд, Дж. Эверли, и др.). Когнитивная составляющая стресса. Виды стресса. Стадии развития стресса.

Тема 8. Эмоциональные субсиндромы стресса. Кризис, психотравма и депривация как факторы развития стрессовых состояний. Факторы развития психологического стресса по Ю.С. Шойгу. Уровни реакции человека на стресс. Понятие стрессоустойчивости. Факторы стрессоустойчивости человека. Специфика протекания стресса в экстремальной ситуации.

Тема 9. Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика. Острое стрессовое расстройство как «нормальная реакция на ненормальную ситуацию». Основные признаки острого стрессового расстройства: непродолжительность (от нескольких часов до нескольких суток); наличие тревоги, гнева, страха, гиперактивности, апатии; наличие непосредственной связи между травматическим событием и симптомом. Этапы развития ОСР: неопределенность и шок; субъективно облегчение и конструктивное приспособление к ситуации; утяжеление состояния; примирение со сложившейся ситуацией (в идеале – принятие ситуации и конструктивная проработка травматического опыта). Причины и последствия слабой выраженности (или отсутствия) симптоматики ОСР в экстремальной ситуации. Последствия ОСР для жизни и здоровья человека.

Тема 10. Посттравматическое стрессовоерасстройство: понятие, динамика, диагностика. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Соотношение понятий «острое стрессовое расстройство» и «посттравматическое стрессовое расстройство».

Теоретические модели ПТСР. Причины развития травматического стресса. Факторы и группы риска развития ПТСР. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства. Формы ПТСР. Диагностические критерии ПТСР. Направления реабилитации ПТСР.

Тема 11. Горе как особое психофизиологическое состояние. Динамика горевания. Понятие горя и горевания. История исследования горя. «Печаль и меланхолия» З. Фрейда. Теория привязанности Дж. Боулби. Современные теории горя. Горе как следствие утраты. Типология утрат. Факторы, влияющие на процесс горевания. Нормальное и осложненное (патологическое) горе. Этнопсихологические особенности горевания. Динамика горевания. Проблема выделения стадий горевания. Острое горе: понятие, симптоматика, опасности стадии. «Работа горя»: понятие, основные задачи, симптоматика, опасности стадии. Психологическая помощь горюющему.

Тема 12. Методы оказания экстренной психологической помощи. Понятие и базовые принципы оказания экстренной психологической помощи. Этические принципы оказания психологической помощи в экстремальной (чрезвычайной) ситуации. Задачи оказания экстренной психологической помощи. Помощь при страхе. Помощь тревоге. Помощь при плаче. Помощь при истерике. Помощь при апатии. Помощь при чувстве вины и стыда. Помощь при двигательном возбуждении. Помощь при нервной дрожи. Помощь при гневе, злости, агрессии. Ограничения оказания психологической помощи в экстремальной ситуации.

Тема 13. Самопомощь при острой реакции на стресс.

Тема 14. Психологические аспекты терроризма. Типология терроризма. Жертвы террора. Типология личности преступника. Переговоры с террористами. Экономическая база терроризма. Ядерный терроризм. Психический терроризм и манипулирование личностью.

#### 4.3. Лекции

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Очно- заочная форма
1.	Введение в психологию катастроф.	2	2
2.	Субъекты экстремальной ситуации: специалисты, жертвы, пострадавшие, очевидцы (свидетели), наблюдатели, телезрители.	2	2
3.	Психогенные реакции катастроф.	2	2
4.	Специфика восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами ЧС.	2	2
5.	Понятие экстремального состояния.	2	2
6.	Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника.	2	2

7.	Стресс как основная составляющая экстремальных состояний.	2	2
8.	Эмоциональные субсиндромы стресса.	2	2
9.	Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.	2	2
10.	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.	2	2
11.	Горе как особое психофизиологическое состояние.	2	2
12.	Методы оказания экстренной психологической помощи.	2	8
13.	Самопомощь при острой реакции на стресс.	2	2
14.	Психологические аспекты терроризма.	2	2
<b>Всего</b>		28	34

#### 4.4. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Название темы	Объем часов	
		Очная форма	Очно- заочная форма
1.	Введение в психологию катастроф.	2	2
2.	Субъекты экстремальной ситуации: специалисты, жертвы, пострадавшие, очевидцы (свидетели), наблюдатели, телезрители.	2	2
3.	Психогенные реакции катастроф.	2	2
4.	Специфика восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами ЧС.	2	2
5.	Понятие экстремального состояния.	2	2
6.	Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника.	2	2
7.	Стресс как основная составляющая экстремальных состояний.	2	2
8.	Эмоциональные субсиндромы стресса.	2	2
9.	Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.	2	2
10.	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.	2	2
11.	Горе как особое психофизиологическое состояние.	2	2
12.	Методы оказания экстренной психологической помощи.	2	8
13.	Самопомощь при острой реакции на стресс.	2	2
14.	Психологические аспекты терроризма.		2
<b>Всего</b>		28	34

#### 4.6. Самостоятельная работа студентов

№ п/п	Название темы	Вид СРС	Объем часов	
			Очная форма	Очно- заочная форма
1.	Экстремальная психология как область науки и практики. Психология катастроф.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
2.	Субъекты экстремальной ситуации: специалисты, жертвы, пострадавшие, очевидцы (свидетели), наблюдатели, телезрители.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
3.	Типология экстремальных ситуаций. Варианты классификации экстремальных ситуаций.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
4.	Специфика восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами ЧС.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
5.	Понятие экстремального состояния.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
6.	Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
7.	Стресс как основная составляющая экстремальных состояний.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2

8.	Эмоциональные субсиндромы стресса.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
9.	Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
10.	Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
11.	Горе как особое психофизиологическое состояние.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
12.	Методы оказания экстренной психологической помощи.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	6	8
13.	Самопомощь при острой реакциях на стресс.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	2	2
14.	Психологические аспекты терроризма.	Подготовка к практическим занятиям, к текущему и промежуточному контролю знаний, умений и навыков.	4	4
<b>Всего</b>			48	36

**4.7. Курсовые работы/проекты по дисциплине «Психология катастроф» не предполагаются учебным планом.**

## **5. Образовательные технологии**

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий: объяснительно-иллюстративного обучения (технология поддерживающего обучения, технология проведения учебной дискуссии), информационных технологий (презентационные материалы), развивающих и инновационных образовательных технологий.

Практические занятия проводятся с использованием развивающих, проблемных, проектных, информационных (использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект) образовательных технологий.

## **6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:**

### **а) основная литература:**

1. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16773-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/537068> (дата обращения: 01.04.2024).

2. Сидоров, П. И. Психология катастроф: Учебник для вузов / П. И. Сидоров, И. Г. Мосягин, С. В. Маруняк / под ред. П.И. Сидорова. — Архангельск: Издательский центр СГМУ, 2007.

### **б) дополнительная литература:**

1. Решетников, М. М. Психология войны. Прогнозирование состояния, поведения и деятельности людей : монография / М. М. Решетников. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 336 с. — (Актуальные монографии). — ISBN 978-5-534-05663-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/540208> (дата обращения: 01.04.2024).

2. Решетников, М. М. Избранные труды в 7 т. Том 7. Психология войны / М. М. Решетников. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 333 с. — (Антология мысли). — ISBN 978-5-534-13588-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/543677> (дата обращения: 01.04.2024).

### **г) интернет-ресурсы:**

Министерство образования и науки Российской Федерации  
<http://minobrnauki.ru/>

Федеральная служба по надзору в сфере образования и науки –  
<http://obrnadzor.gov.ru/>

Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования – <http://fgosvo.ru>

Федеральный портал «Российское образование» – <http://www.edu.ru/>  
Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» – <http://window.edu.ru>  
Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов – <http://fcior.edu.ru>  
Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ» – <https://www.biblio-online.ru/>  
**Электронные библиотечные системы и ресурсы**  
Электронно-библиотечная система «StudMed.ru» – <https://www.studmed.ru>  
**Информационный ресурс библиотеки образовательной организации**  
Научная библиотека имени А. Н. Коняева – <http://biblio.dahluniver.ru/>

## **7. Материально-техническое и программное обеспечение дисциплины**

Освоение дисциплины «Психология катастроф» предполагает использование академических аудиторий, соответствующих действующим санитарным и противопожарным правилам и нормам.

Прочее: рабочее место преподавателя, оснащенное компьютером с доступом в Интернет.

Программное обеспечение:

<b>Функциональное назначение</b>	<b>Бесплатное программное обеспечение</b>	<b>Ссылки</b>
Офисный пакет	Libre Office 6.3.1	<a href="https://www.libreoffice.org/">https://www.libreoffice.org/</a> <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/LibreOffice">https://ru.wikipedia.org/wiki/LibreOffice</a>
Операционная система	UBUNTU 19.04	<a href="https://ubuntu.com/">https://ubuntu.com/</a> <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/Ubuntu">https://ru.wikipedia.org/wiki/Ubuntu</a>
Браузер	Firefox Mozilla	<a href="http://www.mozilla.org/ru/firefox/fx">http://www.mozilla.org/ru/firefox/fx</a>
Браузер	Opera	<a href="http://www.opera.com">http://www.opera.com</a>
Почтовый клиент	Mozilla Thunderbird	<a href="http://www.mozilla.org/ru/thunderbird">http://www.mozilla.org/ru/thunderbird</a>
Файл-менеджер	Far Manager	<a href="http://www.farmanager.com/download.php">http://www.farmanager.com/download.php</a>
Архиватор	7Zip	<a href="http://www.7-zip.org/">http://www.7-zip.org/</a>
Графический редактор	GIMP (GNU Image Manipulation Program)	<a href="http://www.gimp.org/">http://www.gimp.org/</a> <a href="http://gimp.ru/viewpage.php?page_id=8">http://gimp.ru/viewpage.php?page_id=8</a> <a href="https://ru.wikipedia.org/wiki/GIMP">https://ru.wikipedia.org/wiki/GIMP</a>
Редактор PDF	PDFCreator	<a href="http://www.pdfforge.org/pdfcreator">http://www.pdfforge.org/pdfcreator</a>
Аудиоплеер	VLC	<a href="http://www.videolan.org/vlc/">http://www.videolan.org/vlc/</a>

## 8. Оценочные средства по дисциплине

### Паспорт оценочных средств по учебной дисциплине «Психология катастроф»

Перечень компетенций (элементов компетенций), формируемых в результате освоения учебной дисциплины (модуля) или практики

№ п/п	Код контролиру- емой компетенци- и	Формулировка контролируемо- й компетенции	Индикаторы достижений компетенции (по реализуемой дисциплине)	Контролируемые темы учебной дисциплины, практики	Этапы формировани- я (семестр изучения)
1	Безопасност- ь жизнедеяте- льности УК-8.	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональ- ной деятельно- сти безопасные условия жизнедеяте- льности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.1. Знает терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, в том числе военных конфликтов, основные меры по ликвидации их последствий; технику безопасности и правила пожарной безопасности	Тема 1. Введение в психологию катастроф. Тема 2. Субъекты экстремальной ситуации: специалисты, жертвы, пострадавшие, очевидцы (свидетели), наблюдатели, телезрители. Тема 3. Психогенные реакции катастроф. Тема 4. Специфика восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами ЧС. Тема 5. Понятие экстремального состояния. Тема 6. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника. Тема 11. Горе как особое психофизиологическое состояние.	VII
			УК-8.2. Способен разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Тема 7. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний. Тема 8. Эмоциональные субсиндромы стресса. Тема 9. Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика. Тема 10. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика.	
			УК-8.3. Имеет опыт использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан;	Тема 12. Методы оказания экстренной психологической помощи.	

			планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	Тема 13. Самопомощь при острых реакциях на стресс. Тема 14. Психологические аспекты терроризма.	
--	--	--	---	--	--

## Показатели и критерии оценивания компетенций, описание шкал оценивания

№ п/п	Код контролиру- емой компетенци- и	Индикаторы достижений компетенции (по реализуемой дисциплине)	Перечень планируемых результатов	Контролируемые темы учебной дисциплины, практики	Наименование оценочного средства
1	УК-8 Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности и 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. Знает терминологию, предмет безопасности жизнедеятельности личности, общества и государства, источники, причины их возникновения, детерминизм опасностей; методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций; сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; основные методы защиты производственного персонала и населения от возможных последствий аварий, катастроф, стихийных бедствий и способы применения современных средств поражения, в том числе военных конфликтов, основные меры по ликвидации их последствий; техник безопасности и правила пожарной безопасности	Знает: сущность и содержание чрезвычайных ситуаций, их классификацию, поражающие факторы чрезвычайных ситуаций; психологические особенности субъектов экстремальных ситуаций, катастроф, в том числе специалистов, жертв, пострадавших, очевидцев (свидетелей), наблюдателей, телезрителей; специфику восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами чрезвычайных ситуаций; методы оказания экстренной психологической помощи.	Тема 1. Тема 2. Тема 3. Тема 4. Тема 5. Тема 6. Тема 11. Тема 12. Тема 14.	Вопросы для обсуждения (в виде докладов и сообщений); контрольные работы; творческие задания; темы рефератов, кейс-задания.
		УК-8.2. Способен разрабатывать алгоритм безопасного поведения при опасных ситуациях природного, техногенного и пр. характера; использовать приёмы первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций	Умеет: устанавливать контакт с субъектами катастроф и других экстремальных ситуаций в условиях чрезвычайной ситуации, подбирать нейropsихологические	Тема 7. Тема 8. Тема 9. Тема 10.	

			пробы с целью диагностики возможных нарушений определяя индивидуальное состояние субъекта катастрофы или экстремальной ситуации.		
		УК-8.3. Имеет опыт использования основных средств индивидуальной и коллективной защиты для сохранения жизни и здоровья граждан; планирования обеспечения безопасности в конкретных техногенных авариях и чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций	Владеет различного рода методами и формами оказания экстренной психологической помощи при острой реакции на стресс; навыками обучения методам самопомощи в чрезвычайных ситуациях; оказания первой помощи пострадавшим в условиях опасных и чрезвычайных ситуаций.	Тема 12. Тема 13.	

## Оценочные средства по дисциплине «Психология катастроф»

### Вопросы для обсуждения на практических и семинарских занятиях (в виде докладов и сообщений)

#### Тема 1. Введение в психологию психологии катастроф

1. Прикладная отрасль науки современного общества – психология катастроф. Определение, классификация и влияние условий жизнедеятельности на человека.
2. Организация и принципы оказания медицинской и психологической помощи в чрезвычайной ситуации.
3. Эмоциональные состояния человека в экстремальных условиях
4. Характеристика экстремальных психических состояний. Первичные психические состояния при катастрофе.
5. Страх. Аффект. Паника.
6. Стress как типичное психическое состояние в экстремальных условиях.
7. Предрасполагающие факторы стресса. Депривация. Кризис.
8. Психическая травма. Категории стресса. Фruстрация. Конфликт.
9. Психогенные реакции катастроф
10. Психические проявления пострадавших на воздействие экстремальной ситуации. Влияние экстремальной ситуации на спасателей.

11. Травматические стрессовые расстройства катастроф.
12. Идентификация психогенных расстройств при чрезвычайных происшествиях.
13. Алгоритм работы психолога при катастрофе.
14. Психологические аспекты терроризма
15. Типология терроризма.
16. Жертвы террора.
17. Типология личности преступника.
18. Переговоры с террористами.
19. Экономическая база терроризма. Ядерный терроризм.
20. Психический терроризм и манипулирование личностью..
21. Влияние катастроф на индивидуальные особенности организма
22. Механизмы адаптации. Стратегии поведения и коммуникации в преодолении трудных жизненных ситуаций. Защитные механизмы личности.

**Критерии и шкала оценивания по оценочному средству «доклад, сообщение»**

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Доклад (сообщение) представлен(о) на высоком уровне (студент в полном объеме осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, владеет профильным понятийным (категориальным) аппаратом и т.п.)
4	Доклад (сообщение) представлен(о) на среднем уровне (студент в целом осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, допустив некоторые неточности и т.п.)
3	Доклад (сообщение) представлен(о) на низком уровне (студент допустил существенные неточности, изложил материал с ошибками, не владеет в достаточной степени профильным категориальным аппаратом и т.п.)
2	Доклад (сообщение) представлен(о) на неудовлетворительном уровне или не представлен (студент не готов, не выполнил задание и т.п.)

**Вопросы к контрольным работам**

1. Экстремальная ситуация и экстремальные условия деятельности. Сравнительная характеристика экстремальной, чрезвычайной и кризисной ситуаций; возможности взаимоперехода данных ситуаций. Субъекты экстремальной ситуации: специалисты, жертвы, пострадавшие, очевидцы (свидетели), наблюдатели, телезрители. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные.

2. Специфика психологической травматизации различных групп субъектов. Общие последствия влияния экстремальной ситуации на человека. Технологии помощи различным группам субъектов.

3. Типология экстремальных ситуаций. Варианты классификации экстремальных ситуаций. Ограничения типологии экстремальных ситуаций, основанной на типологии чрезвычайных ситуаций. Экстремальные ситуации, связанные с военными действиями. Экстремальные ситуации, возникающие как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф.

4. Психогенные реакции катастроф. Психические проявления пострадавших на воздействие экстремальной ситуации. Влияние экстремальной ситуации на спасателей. Травматические стрессовые расстройства катастроф. Идентификация психогенных расстройств при чрезвычайных происшествиях.

5. Алгоритм работы психолога при катастрофе. Специфика восприятия природных и техногенных чрезвычайных ситуаций различными субъектами ЧС. Экстремальные ситуации мирного времени.

6. Экстремальные состояния: понятие и дифференциальная диагностика

Понятие экстремального состояния. Основные параметры психических состояний. Особенности параметров экстремальных психических состояний. Подходы к выделению экстремальных психических состояний (К. Изард, С.Л. Соловьева. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация. П.И. Сидоров и др.).

7. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации: страх, аффект, паника. Понятие и виды страха. Страх в контексте тревожного ряда (по Ф.Б. Березину). Понятие и формы аффекта. Последствия аффективных состояний. Понятие и виды паники. Механизм развития паники.

8. Стресс, фрустрация и конфликт как составляющие экстремального состояния. Динамика развития экстремальных состояний. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний. Понятие стресса в психологии и физиологии. Стресс как неспецифическая реакция организма (теория Г. Селье). Современные теории стресса (Лазарус, Р. Розенфельд, Дж. Эверли, и др.). Когнитивная составляющая стресса. Виды стресса. Стадии развития стресса.

9. Кризис, психотравма и депривация как факторы развития стрессовых состояний. Факторы развития психологического стресса по Ю.С. Шойгу. Уровни реакции человека на стресс. Понятие стрессоустойчивости. Факторы стрессоустойчивости человека. Специфика протекания стресса в экстремальной ситуации.

Тема 9. Острое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика. Посттравматическое стрессовое расстройство: понятие, динамика, диагностика. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).

10. Методы оказания экстренной психологической помощи. Ограничения оказания психологической помощи в экстремальной ситуации. Самопомощь при острых реакциях на стресс.

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Контрольная работа выполнена на высоком уровне (правильные ответы даны на 90-100% вопросов/задач)
4	Контрольная работа выполнена на среднем уровне (правильные ответы даны на 75-89% вопросов/задач)
3	Контрольная работа выполнена на низком уровне (правильные ответы даны на 50-74% вопросов/задач)
2	Контрольная работа выполнена на неудовлетворительном уровне (правильные ответы даны менее чем на 50%)

### Творческие задания

Запишите видеоролик, который будет содержать 2-3 метода самопомощи при проявлении острых стрессовых реакций

#### Критерии и шкала оценивания по оценочному средству «творческое задание»

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Творческое задание представлено на высоком уровне (студент в полном объеме осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений и т.п.). Оформлено в соответствии с требованиями предъявляемыми к данному виду работ.
4	Творческое задание представлено на среднем уровне (студент в целом осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений и т.п.). В оформлении допущены некоторые неточности в соответствии с требованиями, предъявляемыми к данному виду работ.
3	Творческое задание представлено на низком уровне (студент допустил существенные неточности, изложил материал с ошибками и т.п.). В оформлении допущены ошибки в соответствии с требованиями, предъявляемыми к данному виду работ.
2	Творческое задание представлено на неудовлетворительном уровне или не представлен (студент не готов, не выполнил задание и т.п.)

### Темы рефератов

1. Методы регуляции и саморегуляции психических состояний
2. Оказание первой помощи после психогенного воздействия.
3. Методы психофизиологической регуляции.
4. «Методика психофизиологического восстановления»

5. Медитация.
6. Аутогенная тренировка.
7. Техники успокоения.
8. Идеомоторная тренировка.
9. Управление ритмом дыхания.
10. Массаж и акупрессура.
11. Арома-фитоэргономика.
12. Музыкальное кондиционирование.
13. Термовосстановительные процедуры.
14. Психологические методы. Техники и упражнения.
15. Методика формирования перспективной жизненной стратегии (ПЖС).
16. Методика групповых занятий по регуляции психических состояний  
Джанет Рейнхартер.
17. Тренинг поведения в экстремальных ситуациях.
18. Комплекс психодиагностических методик для исследования разных субъектов психологии катастроф.
19. Тест «Способность действовать в напряженных обстоятельствах».
20. Групповая консультация.
21. Индивидуальная консультация.
22. Групповой тренинг.
23. Индивидуальный тренинг.

#### Критерии и шкала оценивания по оценочному средству «реферат»

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	Реферат представлен на высоком уровне (студент в полном объеме осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, владеет профильным понятийным (категориальным) аппаратом и т.п.). Оформлен в соответствии с требованиями предъявляемыми к данному виду работ.
4	Реферат представлен на среднем уровне (студент в целом осветил рассматриваемую проблематику, привел аргументы в пользу своих суждений, допустив некоторые неточности и т.п.). В оформлении допущены некоторые неточности в соответствии с требованиями предъявляемыми к данному виду работ.
3	Реферат представлен на низком уровне (студент допустил существенные неточности, изложил материал с ошибками, не владеет в достаточной степени профильным категориальным аппаратом и т.п.). В оформлении допущены ошибки в соответствии с требованиями предъявляемыми к данному виду работ.
2	Реферат представлен на неудовлетворительном уровне или не представлен (студент не готов, не выполнил задание и т.п.)

### **Кейс-задание:**

Найдите среди своих друзей человека, тяжело переживающего состояние стресса. Подберите диагностические методы и проведите исследование. Выявите основные мишени реабилитации. Составьте алгоритм взаимодействия. Проведите индивидуальную консультацию. Определите наиболее приемлемую для него технологию помощи.

Опишите все этапы вашей психологической помощи и составьте отчет, проанализировав результаты своей деятельности. Приложите результаты диагностического исследования.

### **Критерии и шкала оценивания по оценочному средству «кейс-задания»**

Шкала оценивания (интервал баллов)	Критерий оценивания
5	обучающийся демонстрирует аналитические навыки, вычленяет причинно-следственные связи, логически мыслит, высказывает собственную позицию и умеет ее аргументировать, проявляет творческий подход, делает выводы.
4	обучающийся логически мыслит, способен анализировать научный текст, высказывает собственную позицию и умеет ее аргументировать, делает выводы.
3	обучающийся демонстрирует навыки работы с текстом, понимает суть проблемы, знаком с именами известных ученых.
2	обучающийся не умеет анализировать текст, не понимает суть проблемы, не знаком с именами известных ученых.
1	студент отказывается выполнять кейс-задание.

### **Оценочные средства для промежуточной аттестации (зачет с оценкой)**

#### **Теоретические вопросы**

1. Понятие чрезвычайной, экстремальной, кризисной ситуации: сравнительный анализ и причины возникновения.
2. Типология экстремальных ситуаций.
3. Факторы, приводящие к восприятию ситуации как экстремальной: внешние и внутриличностные.
4. Субъекты экстремальной ситуации: виды и специфика психологической травматизации.
5. Последствия влияния экстремальной ситуации на человека.
6. Экстремальные ситуации, связанные с военными действиями.

7. Экстремальные ситуации, возникающие как следствия стихийных бедствий, крупных аварий и катастроф.
8. Эмоциональное, психологическое, физическое, сексуальное насилие как экстремальная ситуация.
9. Психология терроризма.
10. Экстремальное состояние: понятие и основные параметры.
11. Подходы к выделению экстремальных психических состояний.
12. Первичные психические состояния при воздействии экстремальной ситуации.
13. Понятие тревоги и страха. Тревожный ряд.
14. Понятие и виды паники. Механизм развития паники.
15. Фruстрация и конфликт как составляющие экстремального состояния.
16. Динамика развития экстремальных состояний.
17. Стресс как основная составляющая экстремальных состояний: понятие, виды, динамика.
18. Теории стресса.
19. Факторы развития стресса (сравнение различных подходов).
20. Понятие стрессоустойчивости. Факторы стрессоустойчивости человека.
21. Копинг-поведение и защитные механизмы как формы совладания со стрессом.
22. Понятие и основные признак острого стрессового расстройства.
23. Динамика развития ОСР.
24. Причины и последствия слабой выраженности (или отсутствия) симптоматики ОСР в экстремальной ситуации.
25. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Теоретические модели ПТСР.
26. Факторы и группы риска развития ПТСР. Формы ПТСР.
27. Первичные симптомы посттравматического стрессового расстройства.
28. Диагностические критерии ПТСР.
29. Горе и горевание. Теории горя.
30. Горе как следствие утраты. Типология утрат.
31. Факторы, влияющие на процесс горевания.
32. Нормальное и осложненное (патологическое) горе.
33. Стадии горевания (различные подходы).
34. Психологическая помощь горюющему.
35. Формы экстренной психологической помощи при остром стрессовом расстройстве.
36. Самопомощь при острой реакции на стресс.

Критерии и шкала оценивания по оценочному средству промежуточный контроль (зачет с оценкой)

Шкала оценивания	Характеристика знания предмета и ответов
------------------	--

«Отлично»	Студент глубоко и в полном объёме владеет программным материалом. Грамотно, исчерпывающе и логично его излагает в устной или письменной форме. При этом знает рекомендованную литературу, проявляет творческий подход в ответах на вопросы и правильно обосновывает принятые решения, хорошо владеет умениями и навыками при выполнении практических задач.
«Хорошо»	Студент знает программный материал, грамотно и по сути излагает его в устной или письменной форме, допуская незначительные неточности в утверждениях, трактовках, определениях и категориях или незначительное количество ошибок. При этом владеет необходимыми умениями и навыками при выполнении практических задач.
«Удовлетворительно»	Студент знает только основной программный материал, допускает неточности, недостаточно чёткие формулировки, непоследовательность в ответах, излагаемых в устной или письменной форме. При этом недостаточно владеет умениями и навыками при выполнении практических задач. Допускает до 30% ошибок в излагаемых ответах.
«Неудовлетворительно»	Студент не знает значительной части программного материала. При этом допускает принципиальные ошибки в доказательствах, в трактовке понятий и категорий, проявляет низкую культуру знаний, не владеет основными умениями и навыками при выполнении практических задач. Студент отказывается от ответов на дополнительные вопросы

## Лист изменений и дополнений

№ п/п	Виды дополнений и изменений	Дата и номер протокола заседания кафедры (кафедр), на котором были рассмотрены и одобрены изменения и дополнения	Подпись (с расшифровкой) заведующего кафедрой (заведующих кафедрами)