

ГОСУДАРСТВЕННОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
ПРИДНЕСТРОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
им. Т.Г.Шевченко

Естественно-географический факультет

Кафедра «Техносферная безопасность»



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

на 2018 /2019 учебный год

УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.Од4 «ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ УСТОЙЧИВОСТЬ В ЧРЕЗВЫЧАЙНЫХ СИТУАЦИЯХ»

Направление подготовки:
20.03.01 «Техносферная безопасность»

Профиль подготовки: «БЖД в техносфере».
Квалификация (степень) выпускника - Бакалавр

Форма обучения: Очная

Год набора: 2016

Группа: ЕГ16ДР62ТБ

Тирасполь, 2018

Рабочая программа дисциплины «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» / сост. Д.М. Капитанчук – Тирасполь: ГОУ ПГУ, 2018 - 10 с.

Рабочая программа предназначена для преподавания дисциплины «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» студентам очной формы обучения по направлению подготовки: 20.03.01 «Техносферная безопасность», профиль «БЖД в техносфере».

Рабочая программа составлена с учетом Федерального Государственного образовательного стандарта высшего профессионального образования по направлению подготовки: 20.03.01 «Техносферная безопасность», профиль «БЖД в техносфере», утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от 21 марта 2016 г. № 246.

Составитель:



Капитанчук Д.М., ст. преподаватель./

1. Цели и задачи освоения дисциплины

1.1. Целью освоения дисциплины «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» является:

– формирование целостного представления о психологии кризисных и экстремальных ситуаций как необходимого элемента успешной профессиональной деятельности, связанной с повышенной ответственностью, напряженностью и стрессоустойчивостью и осуществляющейся в сложных, нередко экстремальных условиях.

1.2. Изучение дисциплины «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» способствует решению следующих задач профессиональной деятельности:

– овладение основными законами и принципами психологической устойчивости в чрезвычайных ситуациях;

– анализ психологических особенностей экстремальных ситуаций и возникающих вследствие этого у человека состояний;

– усвоение технологий работы руководителя в условиях экстремальной или кризисной ситуации;

– формирование практических умений и навыков применения полученных знаний в практической деятельности.

2. Место дисциплины в структуре ООП ВО

Согласно ФГОС и ООП «Техносферная безопасность» дисциплина «Психологическая устойчивость в ЧС» является вариативной дисциплиной и относится к дисциплинам профессионального цикла (Б1.В.ОД4).

Изучение дисциплины «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» базируется на междисциплинарных знаниях «Педагогики», «Психологии», «Физиологии человека», «Экологии» и других дисциплин естественно–научного, общепрофессионального и социально–экономического профиля. Для успешного освоения данной дисциплины студент так же должен владеть знаниями, умениями и навыками, сформированными дисциплинами ООП бакалавриата: «Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности», «Ноксология», «Безопасность жизнедеятельности».

3. Требования к результатам освоения дисциплины

Изучение дисциплины направлено на формирование следующих компетенций:

3.1. *Основные общекультурные компетенции*, приобретаемые при изучении данной дисциплины:

Код компетенции	Формулировка компетенции
ОК-4	компетенциями самосовершенствования (сознание необходимости, потребность и способность учиться);
ОК-5	компетенциями социального взаимодействия: способностью использования эмоциональных и волевых особенностей психологии личности, готовность к сотрудничеству, расовой, национальной, религиозной терпимости, умением погашать конфликты, способностью к социальной адаптации, коммуникативностью, толерантностью
ОК-7	владением культурой безопасности и рискориентированным мышлением, при котором вопросы безопасности и сохранения окружающей среды рассматриваются в качестве важнейших приоритетов в жизни и деятельности
ОК-8	способностью работать самостоятельно

ОПК-5	готовностью к выполнению профессиональных функций при работе в коллективе
-------	---

В результате изучения дисциплины обучаемые должны:

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

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

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

4. Структура и содержание дисциплины.

4.1. Распределение трудоемкости в з.е./часах по видам аудиторной и самостоятельной работы студентов по семестрам

Семестр	Трудоемкость з.е./часы	Количество часов				Форма итогового контроля
		В том числе				
		Аудиторных			Самост. работы	
Всего	Лекций	Практич. зан				
3 оч. (6 сем)	3./108	54	26	28	54	Зачет

4.2. Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам

№ раздела	Наименование разделов	Количество часов			
		Всего	Аудиторная работа		Внеауд. работа (СР)
			Л	ПЗ	
1	Психологические аспекты экстремальных ситуаций.	12	2	2	8
2	Психология риска.	10	4	2	4
3	Психологическая готовность спасателей к действиям в ЧС.	26	10	4	12
4	Психологические воздействия на людей в ЧС.	20	4	8	8
5	Социально – психологические отклонения в ЧС.	40	6	12	22
<i>Итого:</i>		108	26	28	54

4.3. Тематический план по видам учебной деятельности

4.3.1. Лекции

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема лекции	Учебно-наглядные пособия
1	1	2	Введение в психологию экстремальных ситуаций	Стенды, плакаты
2	2	4	Психология риска.	Плакат
3	3	2	Стрессоры ЧС и их воздействие на психику и поведение личного состава нештатных аварийно-спасательных формирований и	Методическое пособие

			нештатных формирований по обеспечению гражданской обороны (НАСФ и НФОГО).	
4	3	4	Психологическая готовность спасателей к действиям в ЧС.	Методическое пособие
5	3	4	Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в ЧС	Плакат
6	4	4	Психологические воздействия на людей в ЧС.	Методические рекомендации
7	5	4	Социально – психологические отклонения в ЧС.	Раздаточный материал
8	5	2	Понятие о стрессе и посттравматическом расстройстве в результате ЧС.	Плакат
Итого:		26		

4.3.2. Практические (семинарские) занятия

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем часов	Тема занятия	Учебно-наглядные пособия
1	1	2	Введение в психологию экстремальных ситуаций	Стенды, плакаты
2	2	2	Выявление склонности к риску по различным методикам.	Тестовые методики
3	3	2	Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в ЧС	методические рекомендации
4	3	2	Тактика и приемы обеспечения личной профессионально-психологической безопасности спасателей при выполнении спасательных работ.	методические рекомендации
5	4	4	Индивидуальные и коллективные формы панических реакций у людей в ЧС	Методическое пособие
6	4	2	Психология страха, слуха, ужаса. Гнев.	методические рекомендации
7	4	2	Психологический дистрифинг	Раздаточный материал
8	5	2	Методика «Прогноз» для выявления нервно-психической неустойчивости (НПУ)	Тестовые методики, обсуждения
9	5	2	Типы конфликтных личностей. Источники и стадии конфликта. Положительные и отрицательные стороны конфликта. Профилактика конфликтов. Особенности поведения людей в конфликтных ситуациях.	методические рекомендации
10	5	2	Основные формы невротизации и способы их преодоления. Экспресс-диагностика уровня социальной фрустрированности (Л.И.Вассерман)	Тест, обсуждения конкретных ситуаций
11	5	2	Диагностирование риска дезадаптации в стрессе у обучающихся	Тест, обсуждения конкретных ситуаций

12	5	2	Психосоматические расстройства. Преодоление кризисного состояния	методические рекомендации
13	5	2	Синдром посттравматических стрессовых нарушений. Стрессы и дистрессы.	обсуждения конкретных ситуаций
Итого:		28		

4.3.3. Самостоятельная работа студента

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Тема	Объем часов
1	1	Источники психологической опасности в повседневной жизни	2
2	1	Качества личности, обеспечивающие психологическую защищённость	2
3	1	Норма психологического здоровья, как адаптационная деятельность - важнейший фактор состояния здоровья человека. Критерии, определяющие психическую норму (детерминированность психических явлений, их необходимость, причинность, упорядоченность).	4
4	2	Психология риска как социально-психическая дезадаптивность, процесс нарушения адекватности личности в социальной среде. Концепции и методы анализа риска.	4
5	3	Психогенные реакции и расстройства, возникающие в экстремальных условиях	4
6	3	Принципы и приемы рационального действия специалиста в условиях паники	2
7	3	Психофизиологические основы регуляции психического состояния	2
8	3	Идентифицирование личности и составление психологического портрета	2
9	3	Психологические методы мобилизации в экстремальных условиях	2
10	4	Проблема устойчивости к психологической агрессии	2
11	4	Методы психологической саморегуляции, как инструмент повышения психологической устойчивости и расширения адаптационных возможностей личности	4
12	4	Эмоционально-волевая устойчивость, как один из показателей психологической подготовленности человека к экстремальным ситуациям	2
13	5	Причины, механизмы и динамика социально-психических отклонений	4
14	5	Методы диагностики лиц с психологическими отклонениями	2
15	5	Способы снятия эмоционального напряжения, преодоления чувства страха и перенапряжения	2
16	5	Релаксация, самовнушение, аутотренинг	2
17	5	Психологическая помощь подростку в преодолении кризисных ситуаций	4
18	5	Психологическая помощь пострадавшим от сексуального насилия	2
19	5	Проблема суицида в современном обществе	2
20	5	Психологическая помощь при депрессии, попытке суицида	4

	Итого:	54
--	--------	----

5. Примерная тематика курсовых проектов (работ): не предусмотрены.

6. Образовательные технологии

Вид занятия (Л, ПР, ЛР)	Используемые интерактивные образовательные технологии	Количество часов
Л	Сократический диалог, анализ конкретных ситуаций.	6
ПР, ЛР	Дискуссия, анализ конкретных ситуаций, работа в малых группах, сократический диалог.	4
Итого:		10

7. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов

7.1. Программой дисциплины предусмотрены следующие виды текущего контроля: устный контроль, контрольная работа, защита практических работ, рефераты, эссе, доклад. Итоговая аттестация проводится в форме зачета в 6 семестре на очном обучении.

Критерии оценки ответа в ходе практических работ:

Оценка	Выполненная работа
5 (отлично)	Ответ студента полный и правильный. Студент способен обобщить материал, сделать собственные выводы, выразить свое мнение, привести примеры. Ответ студента логически выстроен, его содержание в полной мере раскрывает вопросы.
4 (хорошо)	Ответ студента правильный, но неполный. Не приведены примеры, обобщающее мнение студента недостаточно четко выражено. Ответ не имеет логического построения, содержание вопросов в целом раскрыто тему.
3 (удовлетворительно)	Ответ правилен в основных моментах, нет примеров, нет собственного мнения студента, есть ошибки в деталях или эти детали отсутствуют. Ответ не имеет четкой логической последовательности, содержание не в полной мере раскрывает вопросы.
2 (неудовлетворительно)	При ответе в основных аспектах вопросов допущены существенные ошибки, студент затрудняется ответить на вопросы или основные, наиболее важные их элементы.

Критерии оценки результатов тестирования

Тестовые задания могут проводиться на каждом занятии в качестве основного элемента закрепления знаний студентов. В этом случае тестовые задания оцениваются преподавателем либо в качестве полноценного ответа, либо в качестве элемента совокупной оценки знаний студента.

Количество оценок	четыре
Названия оценок	«неудовлетворительно», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично»
Соответствие оценок баллам	«отлично» - 5 баллов, «хорошо» - 4 балла «удовлетворительно» - 3 балла «неудовлетворительно» - 2 балла
Пороги оценок	Менее 50% правильных ответов – «неудовлетворительно», 50%-69% правильных ответов – «удовлетворительно», 70%-89% правильных ответов – «хорошо», 90%-100% правильных ответов – «отлично»
Предел длительности ответа на каждый	1,5 мин.

вопрос	
Последовательность выбора тем	последовательно
Последовательность выборки вопросов из каждой темы	случайно

7.2. Вопросы для проведения итогового контроля знаний:

1. Предмет изучения психологии экстремальных ситуаций.
2. Влияние экстремальной ситуации на человека.
3. Субъекты экстремальной ситуации.
4. Риск как возможная опасность неблагоприятного исхода.
5. Риск как активность человека в ситуации неопределенности.
6. Восприятие и приемлемость риска.
7. Уровни дезадаптивности: временная, устойчивая ситуативная, общая устойчивая и патологическая адаптированность.
8. Стрессоры ЧС и их воздействие на психику и поведение личного состава нештатных аварийно-спасательных формирований и нештатных формирований по обеспечению гражданской обороны (НАСФ и НФОГО).
9. Помощь специалистам, работающим в условиях ликвидации последствий ЧС, переживающих какие-либо симптомы снижения психологической устойчивости.
10. Психология толпы.
11. Психология страха.
12. Психология ужаса.
13. Психология паники.
14. Психология агрессии.
15. Психология слуха.
16. Основные причины различий состояния и активности людей ЧС.
17. Функциональные нарушения психической деятельности.
18. Трудные психические состояния.
19. Психические расстройства.
20. Индивидуальные психологические особенности личности и их учет при профессиональном отборе и подготовке спасателей.
21. Профессионально важные качества спасателя и средства их достижения.
22. Содержание и этапы выработки психологической готовности и устойчивости спасателей к действиям в зоне трагедии.
23. О воспитании у спасателей психологической готовности и устойчивости к встрече с опасностью для жизни.
24. Методы психологической подготовки спасателей к действиям в чрезвычайных ситуациях.
25. Морально-психологическое изучение личного состава и его отбор.
26. Морально-психологическая подготовка спасателей.
27. Профессионально-психологическая подготовка личного состава.
28. Установка на выживание и ее формирование у спасателя.
29. Преодоление страха в поведении спасателя.
30. О личной профессиональной безопасности спасателя.
31. Тактика и приемы обеспечения личной профессионально-психологической безопасности спасателей при выполнении спасательных работ.
32. Понятие о стрессе и посттравматическом расстройстве в результате ЧС.
33. Типы конфликтных личностей. Источники и стадии конфликта. Положительные и отрицательные стороны конфликта.
34. Профилактика конфликтов. Особенности поведения людей в конфликтных ситуациях.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины:

8.1. Основная литература

1. Гончаров С.В. и др. Профессиональная и медицинская реабилитация спасателей. – М.: Паритет граф, 1999.
2. Горьковая И.А. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях: Учебно-методический комплекс. — СПб.:Изд-во РГПУ им. А. И. Герцена, 2008. — 249 с.
3. Ковтунович М.Г.,Рожков Н.В., Ениколопов С.Н., Орлова Е.В. Психологическая подготовка спасателей: Учебное пособие/ Под ред. М.Г. Ковтунович. – М., 2007.
4. Корчемный П.А., Елисеев А.П. Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях. Курс лекций. В 3-х частях. – Новогорск: АГЗ, 2000.
5. Корчемный П.А., и др. Военная психология: методология, теория, практика. - Москва Военный университет, 1996 год.
6. Психология экстремальных ситуаций. – Минск: Харвест, 1999.
7. Столяренко А.М. Экстремальная психопедагогика; Учеб пособие для вузов, — ЮНИТМ-ДАНА, 2002.
8. Чакиев А.М. (ред.) Оказание психологической и психиатрической помощи при чрезвычайных ситуациях. Учебное пособие. Редактор: Чакиев А.М. к.м.н., Бишкек, Кыргызстан. 2013. - 366 с.

8.2. Дополнительная литература

1. Василюк Ф.Е. Психология переживания. Анализ преодоления критических ситуаций. – М.: Изд-во Московского университета
2. Волович В.Г. Человек в экстремальных условиях природной среды.- М.: Мысль, 1980; Академия выживания. – М.: 1996
3. Гостюхин А. Энциклопедия экстремальных ситуаций. М. «Зеркало», 1994, 251с.
4. Гримак Л.П. Общение с собой: Начала психологии активности. – М.: «Политиздат», 1991
5. Гримак Л.П. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности. – М.: «Политиздат», 1987, 226 с.
6. Кабаченко Г.С. Психология управления. В 2-х частях. Учебное пособие. – Москва-Новосибирск: Инфра-М, 1997.
7. Марищук В.Л., Евдокимов В.И, Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. – СПб.: Изд.дом «Сентябрь», 2001
8. Михайлов Л.А, Маликова Т.В., Шатрова О.В Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях: Учебное пособие. – Питер, 2009, 256 с.
9. Подоляк Я.В. Практические вопросы военной психологии. - М.: Воениздат, 1987.
10. Психические состояния. Под ред. Куликова Л.В. – СПб.: Питер, 2000.
11. Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях. Словарь-справочник. – Новогорск: АГЗ, 2000
12. Психология экстремальных ситуаций. – Минск: Харвест, 1999
13. Рабочая книга практического психолога. – Ростов-на Дону: Феникс, 1996.
14. Селье Г. Стресс без дистресса. М.: «Прогресс», 1979.

8.3. ПРОГРАМНОЕ И КОММУНИКАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

Операционные системы Windows, стандартные офисные программы, законодательно – правовая электронно-поисковая база по безопасности жизнедеятельности, электронные версии учебников, пособий, методических разработок, указаний и рекомендаций по всем видам учебной работы, предусмотренных вузовской рабочей программой, находящиеся в свободном доступе для студентов, обучающихся в вузе.

8.4. ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

1. <http://ele74197079.narod.ru/> - Учебно-методические материалы для самостоятельной работы студентов при изучении дисциплины;
2. <http://www.gks.ru/> - Официальный сайт Федеральной службы Государственной статистики;
3. <http://www.mchs.gov.ru/> - Сайт МЧС России;

4. <http://www.kbzhd.ru/fotovideo/video.php> - Видеотека МЧС;
5. <http://www.kbzhd.ru/library/> - Мультимедиа учебники;
6. <http://www.katastrof.com.ua/> - Природные катастрофы.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для обеспечения данной дисциплины необходимы:

- оборудованные кабинеты и аудитории;
- технические средства обучения: видеомаягнитофон, диапроектор, мультимедийный портативный переносной проектор, мультимедийное обеспечение; настенный экран;
- учебные и методические пособия: учебники, компьютерные программы, учебно-методические пособия для самостоятельной работы.

10. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины:

Самостоятельная работа студентов составляет не менее 50% от общей трудоемкости дисциплины и является важнейшим компонентом образовательного процесса, формирующим личность студента, его мировоззрение и культуру безопасности, развивающим его способности к самообучению и повышению своего профессионального уровня.

Цели самостоятельной работы.

Формирование способностей к самостоятельному познанию и обучению, поиску литературы, обобщению, оформлению и представлению полученных результатов, их критическому анализу, поиску новых и неординарных решений, аргументированному отстаиванию своих предложений, умений подготовки выступлений и ведения дискуссий.

Организация самостоятельной работы.

Самостоятельная работа заключается в изучении отдельных тем курса по заданию преподавателя по рекомендуемой им учебной литературе, в выполнении домашнего задания, в проведении реферативного исследования, семинарам, практическим занятиям, к зачету.

Рабочая учебная программа по дисциплине «Психологическая устойчивость в ЧС» составлена в соответствии с требованиями Федерального Государственного образовательного стандарта ВПО по направлению 20.03.01 «Техносферная безопасность» со степенью «Бакалавр» и учебного плана по профилю подготовки (или специализации) «БЖД в техносфере».

11. Технологическая карта дисциплины.

Курс 3 группа ЕГ16ДР62ТБ семестр 5.

Преподаватель – лектор, ст. преподаватель Капитанчук Д.М.

Преподаватель, ведущий практические занятия Капитанчук Д.М.

Кафедра Техносферной безопасности.

Составитель:



Капитанчук Д.М., ст. преп. каф. «Техносферная безопасность»/

Зав. кафедрой:



/ Ени В.В., доктор пед. наук, профессор/