

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Владимирский государственный университет  
имени Александра Григорьевича и Николая Григорьевича Столетовых»  
(ВлГУ)



УТВЕРЖДАЮ  
Проректор  
по образовательной деятельности

А.А. Панфилов

« 29 » 08 2016 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**  
**ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ**  
(дисциплины, междисциплинарного курса)

для специальности 20.02.04 – Пожарная безопасность

Владимир, 2016

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

код и наименование специальности

Кафедра-разработчик: «Психология личности и специальная педагогика»

Рабочую программу составил: старший преподаватель Шаманин Николай Владимирович   
Ф.И.О., ученая степень, звание, должность подпись

Программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры «Психология личности и специальная педагогика»

протокол № 1 „А“ от « 28 » августа 2016 года


Заведующий кафедрой ПЛиСП, к.пс.н., доцент Филатова О.В.

Ф.И.О., ученая степень, звание,

  
подпись

Программа рассмотрена на заседании УМК КИТП

Протокол № 1 от 29.08.2016 г.

Директор КИТП  Корогодов Ю.Д.

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ»	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ»	5
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ»	8
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ «ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ»	9

# 1. ПАСПОРТ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

*название дисциплины*

## 1.1. Область применения рабочей программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы в соответствии с ФГОС по специальности 20.02.04 – Пожарная безопасность

**1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы:** входит в цикл общепрофессиональных дисциплин учебного плана специальности, устанавливающих базовые знания и навыки, необходимые в будущей профессиональной деятельности выпускника.

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

Целью освоения дисциплины является развитие у обучающихся личностных качеств, а также формирование общих и профессиональных компетенций в соответствии с требованиями ФГОС СПО по данной специальности.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен:

В результате изучения предмета «Психология экстремальных ситуаций» студент должен **знать**:

1. Область изучения психологии экстремальных ситуаций: основные проблемы и направления исследования. Теоретические и практические задачи.
2. Определение экстремальной ситуации, ее основные виды.
3. Основные понятия, используемые при анализе экстремальных ситуаций.
4. Особенности адаптации человека в экстремальной ситуации (на когнитивном, эмоциональном и поведенческом уровнях).
5. Основные проявления посттравматического стрессового расстройства и приемы их психологической коррекции.
6. Особенности конструктивных и деструктивных способов выхода из критических ситуаций.

Студент, прошедший курс обучения должен **уметь**:

1. Проанализировать экстремальную ситуацию с точки зрения ее структуры.
2. Определить тип экстремальной ситуации.
3. Диагностировать основные симптомы ПТСР.
4. Определить вид копинга, используемого человеком в стрессовой ситуации.
5. Оказать психологическую помощь человеку в острой ситуации кризиса.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен освоить следующие компетенции:

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

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять способы, контролировать и оценивать решение профессиональных задач.

ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях.

ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.



ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.

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

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

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

ОК 9. Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.

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

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

ПК 1.3. Организовывать действия по тушению пожаров.

ПК 1.4. Организовывать проведение аварийно-спасательных работ.

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

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

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

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

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

ПК 3.2. Организовывать ремонт технических средств.

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

#### 1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки обучающегося 79 часов, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 54 часов;

самостоятельной работы обучающегося 25 часов.

## 2. СТРУКТУРА И ПРИМЕРНОЕ СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

<i>Вид учебной работы</i>	<i>Объем часов</i>
Максимальная учебная нагрузка (всего)	79
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	54
в том числе:	-
лекции	36
практические занятия	18
контрольные работы	-
курсовая работа (проект) <i>(если предусмотрено)</i>	-
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	25
в том числе:	-
самостоятельная работа над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрено)</i>	-
Итоговая аттестация в форме <b>дифф. зачета</b>	



## 2.2. Примерный тематический план и содержание учебной дисциплины «Психология экстремальных ситуаций»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)	Объем часов	Уровень освоения
			Базовая подготовка
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>
<b>Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций</b>	Содержание учебного материала	<b>14</b>	
	1 Понятие чрезвычайной, экстремальной, и кризисной ситуации	4	
	2 Субъекты экстремальных ситуаций. Влияние ЭС на человека	4	
	Практические занятия	2	
	1 Конференция на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС»	4	
<b>Тема 2 Психологические особенности поведения населения при чрезвычайных ситуациях</b>	Самостоятельная работа обучающихся:		
	1 Создание презентации на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС»	17	
	Содержание учебного материала	2	
	1 Психотравмирующие факторы ЧС и особенности поведенческих реакций личности в ЧС	2	
	2 Особенности развития нервнопсихических расстройств у участников ЧС	4	
<b>Тема 3. Психология стресса</b>	3 Понятие толпы, механизмы образования. Профилактика образования толпы	4	
	Практические занятия	5	
	2 Оценка психического состояния пострадавших в ЧС	20	
	Самостоятельная работа обучающихся:	2	
	1 Поиск реальных историй людей, пострадавших в ЧС	2	
<b>Психология стресса</b>	Содержание учебного материала	2	
	1 Стресс. История изучения и современные представления	2	
	2 Психологический стресс. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса	2	
	3 Виды реакций человека стресс. Отсроченные реакции на травматический стресс	2	
	4 Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса	4	
<b>Психология стресса</b>	Практические занятия	6	
	3 Определение стрессоустойчивости и типа темперамента		
	Самостоятельная работа обучающихся:		
	1 Реферат по выбранной теме:		
	– Стресс и утомление как основные группы психических функциональных состояний человека. – Проблема стресса и дистресса в профессиональной деятельности пожарного. – Психофизиологические основы стрессового механизма.		

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Проблема цели жизни по Г. Селье</li> <li>- Основные правила поведения в условиях стресса.</li> <li>- Симптоматика посттравматического стрессового расстройства</li> </ul>		
<b>Тема 4. Экстренная психологическая помощь</b>	Содержание учебного материала	<b>16</b>	
	1 Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС. Помощь при острых реакциях на стресс (при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии)	2	
	2 Помощь при острых реакциях на стресс (двигательном возбуждении, нервной дрожи, гнев, злости, агрессии). Самопомощь	2	
	3 Ведение информационно-разъяснительной работы. Общение с пострадавшими	2	
	Практические занятия	4	
	4 Оказание экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС		
	5 Ведение информационно-разъяснительной работы с пострадавшими в ЧС		
	Самостоятельная работа обучающихся	6	
	1 Доклад на тему «Этнокультурные особенности пострадавших»		
	Содержание учебного материала	<b>18</b>	
<b>Тема 5 Профессиональное здоровье специалиста</b>	1 Профессиональное здоровье специалиста	2	
	2 Психологическая основа личности пожарного	2	
	3 Профилактика профессионального выгорания и последствий стресса	2	
	Практические занятия	8	
	6 Использование приемов саморегуляции при профилактике проф. выгорания		
	Самостоятельная работа обучающихся:	4	
	1 Отработка методик аутогенных тренировок и саморегуляции		
	<b>Всего:</b>	<b>79</b>	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)



### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

#### 3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Оборудование учебного кабинета:

- комплект учебной мебели,
- классная доска,
- учебно-наглядные пособия по дисциплине,
- учебная и дополнительная литература,
- дидактический и раздаточный материал.

Технические средства обучения:

- мультимедийное оборудование,
- персональные компьютеры,
- программное обеспечение общего и профессионального назначения.

#### 3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, интернет-ресурсов, дополнительной литературы

##### Основные источники:

1	<b>Психология воспитания стрессовосовладающего поведения:</b> Учебное пособие/Н.П.Фетискин - М.: Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 240 с.: 60x90 1/16. - (Высшее образование: Бакалавриат) (Обложка) ISBN 978-5-00091-078-8, 200 экз.	<a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=508057">http://znanium.com/bookread2.php?book=508057</a>
2	Гонсалес, Л. Остаться в живых: психология поведения в экстремальных ситуациях. [Электронный ресурс] — Электрон. дан. — М. : Манн, Иванов и Фербер, 2014. — 336 с.	<a href="http://e.lanbook.com/book/62267">http://e.lanbook.com/book/62267</a>
3.	Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм: учебник. [Электронный ресурс] : Учебники — Электрон. дан. — СПб. : СПбГУ, 2016. — 445 с.	<a href="http://e.lanbook.com/book/78091">http://e.lanbook.com/book/78091</a>

##### Дополнительные источники:

1	Фролова, Ю.Г. 0000001 <b>Медицинская психология</b> [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Ю.Г. Фролова. – 2-е изд., испр. – Минск: Выш. шк., 2011. – 383 с. - ISBN 978-985-06-1963-1.	<a href="http://znanium.com/bookread2.php?book=507409">http://znanium.com/bookread2.php?book=507409</a>
2	Рогачева, Т.В. Психология экстремальных ситуаций и состояний: учеб. пособие. [Электронный ресурс] : Учебные пособия / Т.В. Рогачева, Г.В. Залевский, Т.Е. Левицкая. — Электрон. дан. — Томск : ТГУ, 2015.	<a href="http://e.lanbook.com/book/68281">http://e.lanbook.com/book/68281</a>
3	Психология катастроф [Электронный ресурс] : Учеб. пособие для студентов вузов/ П. И. Сидоров, И. Г. Мосягин, С. В. Маруняк; под ред. П. И. Сидорова. - М. : Аспект Пресс, 2008.	<a href="http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785756704860.html">http://www.studentlibrary.ru/book/ISBN9785756704860.html</a>

##### Интернет ресурсы

1. <http://library.vlsu.ru/> (библиотека ВлГУ).
2. <http://e.lanbook.com/> (издательство «ЛАНЬ»).



3. <http://znanium.com/>
4. <http://www.iprbookshop.ru/>
5. <http://www.studentlibrary.ru/> (ЭБС "КОНСУЛЬТАНТ СТУДЕНТА")
6. <http://www.consultant.ru>

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, выполнения обучающимися индивидуальных заданий, а также при зачете.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели результатов подготовки	Формы и методы контроля
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- овладевает первичными профессиональными навыками и умениями;</li> <li>- овладевает первичными профессиональными навыками и умениями.</li> </ul>	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- разбивает поставленную цель на задачи и решает их наиболее эффективными способами;</li> <li>- выбирает наиболее эффективный метод решения задач.</li> </ul>	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знает методики действий в организации повседневной деятельности;</li> <li>- знает методики действий в нестандартных ситуациях.</li> </ul>	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формулирует вопросы, нацеленные на получение недостающей информации;</li> <li>- характеризует произвольно заданный источник информации в соответствии с задачей информационного поиска;</li> <li>- извлекает информацию по двум и более основаниям из одного или нескольких источников и систематизирует ее в самостоятельно определенной в соответствии с задачей информационного поиска структуре;</li> <li>- задает критерии для</li> </ul>	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>

	сравнительного анализа информации в соответствии с поставленной задачей деятельности делает вывод о применимости общей закономерности в конкретных условиях.	
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	- применяет ИКТ при выполнении творческих заданий.	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>
ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, людьми, находящимися в зонах пожара.	- умеет работать в команде, распределяет обязанности в коллективе для решения общих задач;	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>
ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.	- оценивает работу и контролирует работу группы;	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	- анализирует и формулирует запрос на внутренние ресурсы (знания, умения, навыки, способы деятельности, ценности, установки, свойства психики) для решения профессиональной задачи.	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>
ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	- выбирает технологии, применяемые в профессиональной деятельности.	<i>Экспертное наблюдение и оценка на практических занятиях.</i>

<b>Результаты (освоенные профессиональные компетенции)</b>	<b>Основные показатели оценки результата</b>	<b>Формы и методы контроля и оценки</b>
ПК 1.1. Организовывать несение службы и выезд по тревоге дежурного караула пожарной части.	- проводит информационно-разъяснительную работу; - оказывает экстренную психологическую помощь пострадавшим	- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических



	<p>чрезвычайных ситуациях;  - формирует организаторские способности.</p>	<p>занятиях,  - при решении ситуационных задач;  - тестирование.</p>
<p>ПК 1.2. Проводить подготовку личного состава к действиям по тушению пожаров.</p>	<p>- формирует организаторские способности;  - формулирует основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;  - формирует коммуникативные способности.</p>	<p>- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях,  - при решении ситуационных задач;  - тестирование.</p>
<p>ПК 1.4. Организовывать проведение аварийно-спасательных работ.</p>	<p>- умеет оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику его развития;  - оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях.</p>	<p>- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях,  - при решении ситуационных задач;  - тестирование.</p>
<p>ПК 2.1. Осуществлять проверки противопожарного состояния промышленных, сельскохозяйственных объектов, зданий и сооружений различного назначения.</p>	<p>- формирует организаторские способности;  - формирует коммуникативные способности.</p>	<p>- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях,  - при решении ситуационных задач;  - тестирование.</p>
<p>ПК 2.2. Разрабатывать мероприятия, обеспечивающие пожарную безопасность зданий, сооружений, технологических установок и производств.</p>	<p>- формирует организаторские способности;  - формирует коммуникативные способности.</p>	<p>- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях,  - при решении ситуационных задач;  - тестирование.</p>
<p>ПК 2.3. Проводить правоприменительную деятельность по пресечению нарушений требований пожарной безопасности при эксплуатации объектов, зданий и сооружений.</p>	<p>- формирует организаторские способности;  - формирует коммуникативные способности.</p>	<p>- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях,  - при решении ситуационных задач;  - тестирование.</p>

ПК 2.4. Проводить противопожарную пропаганду и обучать граждан, персонал объектов правилам пожарной безопасности.	- формирует организаторские способности; - формирует коммуникативные способности.	- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях, - при решении ситуационных задач; - тестирование.
ПК 3.1. Организовывать регламентное обслуживание пожарно-технического вооружения, аварийно-спасательного оборудования и техники.	- формирует организаторские способности; - формирует коммуникативные способности.	- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях, - при решении ситуационных задач; - тестирование.
ПК 3.2. Организовывать ремонт технических средств.	- формирует организаторские способности.	- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях, - при решении ситуационных задач; - тестирование.
ПК 3.3. Организовывать консервацию и хранение технических и автотранспортных средств.	- формируются организаторские способности	- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях, - при решении ситуационных задач; - тестирование.
ПК 3.4. Организовывать учет эксплуатации технических средств.	- формируются организаторские способности	- экспертная оценка результатов деятельности обучающихся в процессе освоения образовательной программы - на практических занятиях, - при решении ситуационных задач; - тестирование.

Рецензент (эксперт): Сергеевский Алексей Юрьевич ТКУЗ ВО  
Администрация муниципального образования «Волынский район» г. Волынь

ТКУЗ ВО ОДБ-1  
(место работы)  
г. Волынь

Сергеевский Алексей Юрьевич  
(занимаемая должность)

ТКУЗ ВО  
(ФИО, подпись)