



МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Магнитогорский государственный технический университет им. Г.И. Носова»



УТВЕРЖДАЮ  
Директор ИГО  
Т.Е. Абрамзон

11.02.2020 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

***ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ***

Направление подготовки (специальность)  
44.03.02 Психолого-педагогическое образование

Направленность (профиль/специализация) программы  
Психологическое сопровождение образования

Уровень высшего образования - бакалавриат

Форма обучения  
заочная

|                     |                                    |
|---------------------|------------------------------------|
| Институт/ факультет | Институт гуманитарного образования |
| Кафедра             | Психологии                         |
| Курс                | 4                                  |

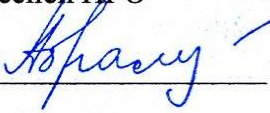
Магнитогорск  
2020 год

Рабочая программа составлена на основе ФГОС ВО - бакалавриат по направлению подготовки 44.03.02 Психолого-педагогическое образование (приказ Минобрнауки России от 22.02.2018 г. № 122)

Рабочая программа рассмотрена и одобрена на заседании кафедры Психологии  
15.01.2020, протокол № 5

Зав. кафедрой  О.П. Степанова

Рабочая программа одобрена методической комиссией ИГО  
11.02.2020 г. протокол № 5

Председатель  Т.Е. Абрамзон

Рабочая программа составлена:

доцент кафедры психологии, канд. пед. наук  Е.Ю. Шпаковская

Рецензент:

Директор муниципального учреждения «Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи» г. Магнитогорска,  И.А. Шнерк



## Лист актуализации рабочей программы

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2021 - 2022 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2022 - 2023 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2023 - 2024 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2024 - 2025 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

---

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для реализации в 2025 - 2026 учебном году на заседании кафедры Психологии

Протокол от \_\_\_\_\_ 20\_\_ г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой \_\_\_\_\_ О.П. Степанова

### **1 Цели освоения дисциплины (модуля)**

Целями освоения дисциплины «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» являются: развитие способности применять закономерности и методы психологии в решении профессиональных задач, связанных с оказанием психологической поддержки и психологической помощи субъектов в образовании и социальной сфере

### **2 Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы**

Дисциплина Психологическая помощь в экстремальных ситуациях входит в часть учебного плана формируемую участниками образовательных отношений образовательной программы.

Для изучения дисциплины необходимы знания (умения, владения), сформированные в результате изучения дисциплин/ практик:

Основы конфликтологии

Основы психопрофилактики

Психологические основы инклюзивного образования

Психологическое сопровождение самоопределения и профессиональной ориентации

Сетевая коммуникация в профессиональной деятельности

Возрастная психология

Дистанционные технологии в образовании

Психология развития

Практикум по общей и экспериментальной психологии

Психология семьи и семейного консультирования

Знания (умения, владения), полученные при изучении данной дисциплины будут необходимы для изучения дисциплин/практик:

Методы психотерапии

Подготовка к сдаче и сдача государственного экзамена

Производственная – преддипломная практика

Производственная - практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности

Психологическое сопровождение детей с ОВЗ

### **3 Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины (модуля) и планируемые результаты обучения**

В результате освоения дисциплины (модуля) «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» обучающийся должен обладать следующими компетенциями:

| Код индикатора | Индикатор достижения компетенции                                                                                                                                                                                                  |
|----------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2           | Способен осуществлять психологическую поддержку, психологическую помощь и психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере                                                                                |
| ПК-2.1         | Определять приоритетные направления психологического сопровождения субъектов в образовании и социальной сфере на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности |
| ПК-2.2         | Проектировать и организовывать деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению, реализации психологической поддержки и психологической помощи субъектам в образовании и социальной сфере            |

#### 4. Структура, объём и содержание дисциплины (модуля)

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц 108 акад. часов, в том числе:

- контактная работа – 6,4 акад. часов;
- аудиторная – 6 акад. часов;
- внеаудиторная – 0,4 акад. часов
- самостоятельная работа – 97,7 акад. часов;

Форма аттестации - зачет с оценкой

| Раздел/ тема дисциплины                                            | Курс | Аудиторная контактная работа (в акад. часах) |           |             | Самостоятельная работа студента | Вид самостоятельной работы                                                                                    | Форма текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации | Код компетенции |
|--------------------------------------------------------------------|------|----------------------------------------------|-----------|-------------|---------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------|-----------------|
|                                                                    |      | Лек.                                         | лаб. зан. | практ. зан. |                                 |                                                                                                               |                                                                 |                 |
| 1. Теоретические подходы к проблеме экстремальной ситуации.        |      |                                              |           |             |                                 |                                                                                                               |                                                                 |                 |
| 1.1 Введение в психологию экстремальных ситуаций. Понятие ситуации | 4    | 1/1И                                         |           |             | 16                              | Составление глоссария по теме                                                                                 | Контрольная работа                                              | ПК-2.1, ПК-2.2  |
| 1.2 Власть ситуации. Личностный и ситуационный подходы             |      | 1/1И                                         |           |             | 16                              | Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Выполнение заданий                                     | контрольная работа                                              | ПК-2.1, ПК-2.2  |
| Итого по разделу                                                   |      | 2/2И                                         |           |             | 32                              |                                                                                                               |                                                                 |                 |
| 2. Экстренная психологическая помощь                               |      |                                              |           |             |                                 |                                                                                                               |                                                                 |                 |
| 2.1 Динамика психических состояний и поведения человека в ЭС       | 4    |                                              |           | 2/2И        | 16                              | Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Выполнение заданий. Подготовка к практическому занятию | Устный опрос                                                    | ПК-2.1, ПК-2.2  |
| 2.2 Психологическая помощь в экстремальных ситуациях               |      |                                              |           | 2/2И        | 16                              | Самостоятельное изучение учебной и научной литературы. Выполнение заданий. Подготовка к практическому занятию | Устный опрос                                                    | ПК-2.1, ПК-2.2  |
| Итого по разделу                                                   |      |                                              |           | 4/4И        | 32                              |                                                                                                               |                                                                 |                 |

|                                                                       |   |      |  |      |      |                                                                                          |                       |                   |
|-----------------------------------------------------------------------|---|------|--|------|------|------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------|-------------------|
| 3. Преодоление<br>экстремальных ситуаций и их                         |   |      |  |      |      |                                                                                          |                       |                   |
| 3.1 Психологические<br>защиты. Совладание.<br>Переживание             | 4 |      |  |      | 16   | Самостоятельное<br>изучение учебной<br>и научной<br>литературы.<br>Выполнение<br>заданий | контрольная<br>работа | ПК-2.1,<br>ПК-2.2 |
| 3.2 Психологическое<br>сопровождение в<br>постэкстремальный<br>период |   |      |  |      | 17,7 | Самостоятельное<br>изучение учебной<br>и научной<br>литературы.<br>Выполнение<br>заданий | контрольная<br>работа | ПК-2.1,<br>ПК-2.2 |
| Итого по разделу                                                      |   |      |  |      | 33,7 |                                                                                          |                       |                   |
| Итого за семестр                                                      |   | 2/2И |  | 4/4И | 97,7 |                                                                                          | зао                   |                   |
| Итого по дисциплине                                                   |   | 2/2И |  | 4/4И | 97,7 |                                                                                          | зачет с оценкой       |                   |

## **5 Образовательные технологии**

Овладение дисциплиной «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» предполагает использование следующих образовательных технологий:

- лекция (вводная, обзорная, репродуктивно-информационная, заключительная) – целесообразность традиционной лекции состоит в решении следующих образовательных и развивающих задач дисциплины: показать значимость дисциплины для профессионального становления будущего психолога; сформировать мотивацию студентов на освоение учебного материала; связать теоретический материал с практикой будущей профессиональной деятельности;

- лекция-беседа – позволяет учитывать отношение студентов к изучаемым вопросам, выявлять проблемы в процессе их осмысления, корректировать допускаемые ошибки и так далее;

- лекция с разбором конкретных ситуаций – предполагает включение конкретных ситуаций, отражающих проблемы профессиональной деятельности; создается ситуация, позволяющая «перевод» познавательного интереса на уровень профессионального; активизируется возможность занять профессиональную позицию, развить умения анализа, сравнения и обобщения;

- методы интерактивного обучения (презентации, ролевые игры, деловые игры, моделирование и анализ ситуаций) – приучают к коллективным действиям; принятию как самостоятельных, так и скоординированных решений; развивают воображение и интуицию, инициативу, аналитические способности, умения слушать, убеждать, обосновывать; формирует самоконтроль, самообладание, толерантность;

- рефлексия – обеспечивает самоанализ и самооценку своих достижений теоретических знаний, так и практических навыков.

Практические занятия в форме практикума - это организация учебной работы, направленная на решение комплексных учебно-познавательных задач, требующих от студента применения как научно-теоретических знаний, так и практических навыков.

Используются следующие интерактивные методы обучения: работа в команде; Case-study (метод конкретных ситуаций); поисковый метод; решение ситуационных задач; исследовательский метод; эвристическая беседа; метод дискуссии;

## **6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

Представлено в приложении 1.

## **7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации**

Представлены в приложении 2.

## **8 Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)**

### **а) Основная литература:**

1. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 303 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-9916-9094-2. – URL : <https://urait.ru/bcode/451164>

2. Психологическая помощь : практическое пособие / Е. П. Кораблина, И. А. Акиндинова, А. А. Баканова, А. М. Родина ; под редакцией Е. П. Кораблиной. – 2-е изд., испр. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 222 с. – (Профессиональная практика). – ISBN 978-5-534-08536-5. – URL : <https://urait.ru/bcode/454054>

### **б) Дополнительная литература:**

1. Дереча, В. А. Психогенные переживания и расстройства : учебное пособие для вузов / В. А. Дереча, Г. И. Дереча. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 195 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-13275-5. – URL :

<https://urait.ru/bcode/457370>

2. Мищенко, Л. В. Психическая травма. Социально-психологическое сопровождение и предотвращение рецидивов : учебное пособие для вузов / Л. В. Мищенко. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 225 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-06460-5. – URL : <https://urait.ru/bcode/455206>

3. Либина, А. В. Психология совладания : учебное пособие для вузов / А. В. Либина. – 2-е изд., перераб. и доп. – Москва : Издательство Юрайт, 2020. – 318 с. – (Высшее образование). – ISBN 978-5-534-11605-2. – URL : <https://urait.ru/bcode/449260>

**в) Методические указания:**

Самостоятельная работа студентов вуза : практикум / составители: Т. Г. Неретина, Н. Р. Уразаева, Е. М. Разумова, Т. Ф. Орехова ; Магнитогорский гос. технический ун-т им. Г. И. Носова. - Магнитогорск : МГТУ им. Г. И. Носова, 2019. - 1 CD-ROM. - Загл. с титул. экрана. URL: <https://magtu.informsystema.ru/uploader/fileUpload?name=3816.pdf&show=dcatalogues/1/1530261/3816.pdf&view=true> . - Макрообъект. - Текст : электронный. - Сведения доступны также на CD-ROM

**г) Программное обеспечение и Интернет-ресурсы:**

**Программное обеспечение**

| Наименование ПО                        | № договора              | Срок действия лицензии |
|----------------------------------------|-------------------------|------------------------|
| MS Windows 7 Professional(для классов) | Д-1227-18 от 08.10.2018 | 11.10.2021             |
| MS Office 2007 Professional            | № 135 от 17.09.2007     | бессрочно              |
| 7Zip                                   | свободно                | бессрочно              |
| FAR Manager                            | свободно                | бессрочно              |

**Профессиональные базы данных и информационные справочные системы**

| Название курса                                                                                            | Ссылка                                                                                              |
|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|
| Национальная информационно-аналитическая система – Российский индекс научного цитирования                 | URL: <a href="https://elibrary.ru/project_risc.asp">https://elibrary.ru/project_risc.asp</a>        |
| Информационная система - Единое окно доступа к информационным ресурсам                                    | URL: <a href="http://window.edu.ru/">http://window.edu.ru/</a>                                      |
| Электронная база периодических изданий East View Information Services, ООО «ИВИС»                         | <a href="https://dlib.eastview.com/">https://dlib.eastview.com/</a>                                 |
| Поисковая система Академия Google (Google Scholar)                                                        | URL: <a href="https://scholar.google.ru/">https://scholar.google.ru/</a>                            |
| Международная наукометрическая реферативная и полнотекстовая база данных научных изданий «Web of science» | <a href="http://webofscience.com">http://webofscience.com</a>                                       |
| Университетская информационная система РОССИЯ                                                             | <a href="https://uisrussia.msu.ru">https://uisrussia.msu.ru</a>                                     |
| Электронные ресурсы библиотеки МГТУ им. Г.И. Носова                                                       | <a href="http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp">http://magtu.ru:8085/marcweb2/Default.asp</a>   |
| Российская Государственная библиотека. Каталоги                                                           | <a href="https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/">https://www.rsl.ru/ru/4readers/catalogues/</a> |

|                                                                                            |                                                                                     |
|--------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| Международная реферативная и полнотекстовая справочная база данных научных изданий         | <a href="http://scopus.com">http://scopus.com</a>                                   |
| Международная база полнотекстовых журналов Springer Journals                               | <a href="http://link.springer.com/">http://link.springer.com/</a>                   |
| Международная коллекция научных протоколов по различным отраслям знаний Springer Protocols | <a href="http://www.springerprotocols.com/">http://www.springerprotocols.com/</a>   |
| Международная база справочных изданий по всем отраслям знаний SpringerReference            | <a href="http://www.springer.com/references">http://www.springer.com/references</a> |

## **9 Материально-техническое обеспечение дисциплины (модуля)**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает:

Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа: Доска, мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации

Учебные аудитории для проведения практических занятий, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации: мультимедийные средства хранения, передачи и представления информации

Помещения для самостоятельной работы обучающихся: персональные компьютеры с пакетом MS Office, выходом в Интернет и с доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Помещение для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования: стеллажи для хранения учебно-наглядных пособий и учебно-методической документации

## **6 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся**

По дисциплине «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» предусмотрена аудиторная и внеаудиторная самостоятельная работа обучающихся.

Примерные задания для самостоятельной работы

### **Раздел 1. Теоретические подходы к проблеме экстремальной ситуации.**

#### **1.1. Введение в психологию экстремальных ситуаций. Понятие ситуации.**

**Задание:**

Составить глоссарий по одной из ниже перечисленных тем курса

Подготовьте ответы на следующие вопросы темы:

1. Обзор работ зарубежных и отечественных психологов, связанных с понятием ситуации.
2. Проблема стабильности и прогнозируемости поведения человека в теоретических и прикладных исследованиях социальной психологии.
3. Типология критических ситуаций: стресс, фрустрация, конфликт, кризис
4. Что объединяет и отличает чрезвычайные и экстремальные ситуации?
5. Почему ЧС и ЭС имеют пролонгированный характер?
6. Какие характеристики ситуации повышают уязвимость к ним?

#### **1.2. Власть ситуации. Личностный и ситуационный подходы к объяснению поведения.**

**Задание:**

- Раскройте субъективные характеристики ситуации
- Раскройте объективные характеристики ситуации
- Охарактеризуйте личностный подход к объяснению поведения в ситуации
- Охарактеризуйте ситуационный подход к объяснению поведения в ситуации
- Охарактеризуйте личностно-ситуационный подход к объяснению поведения в ситуации

### **Раздел 2. Экстренная психологическая помощь**

#### **2.1. Динамика психических состояний и поведения человека в ЭС**

1. Каковы особенности познавательных процессов у людей, находящихся в очаге ЭС и ЧС?
2. Укажите название недостающих стадий:  
Стрессовое событие → фаза «шока» → ... → ....
3. Постройте график развития стадий стресса (по Г. Селье)
4. Какова последовательность и сроки стадий формирования постстрессовых нарушений
5. Какова динамика стрессовых расстройств?

#### **2.2. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях**

##### **Практическое занятие**

Задание: подготовьте к практическому занятию следующий материал для обсуждения в группе:

1. Опишите принципы оказания экстренной психологической помощи
2. Опишите принципы взаимодействия психолога с человеком, оказавшимся в ЭС в зависимости от его состояния:
  - Бред и галлюцинации
  - Апатия
  - Ступор
  - Двигательное возбуждение

- Агрессия
- Страх
- Истерика
- Нервная дрожь
- Плач

### **Раздел 3. Преодоление экстремальных ситуаций и их последствий**

#### **3.1. Психологические защиты. Совладание. Переживание**

**Задание:**

1. Опишите механизмы психологической защиты, действующие у человека в ЭС и после нее. Приведите примеры высказываний и поведенческих проявлений актуальных психологических защит
2. Совладание и психологические защиты: сходство и различие
3. Опишите стратегии совладания, используемые человеком. Принципы определения эффективности
4. Основные психологические подходы к проблеме переживания. Концепция переживания в теории Василюка

#### **3.2. Психологическое сопровождение в постэкстремальный период**

**Задание: Подготовьте материал для обсуждения на практическом занятии:**

**Ответьте на вопросы**

1. Влияние субъективных факторов на возникновение и течение ПТСР
2. Оценка ситуации, отношение к самому себе как фактор, влияющий на поведение в ЭС и ПТСР
3. Условия, снижающие защиту от стрессора
4. Переживания и поведение человека в ЭС и его образ мира
5. Методы психофизиологической реабилитации
  - а) дыхательная гимнастика;
  - б) точечный массаж;
  - в) нервно-мышечная релаксация;
  - г) аутогенная тренировка.
6. Сущность метода десенсибилизации и переработки травмирующих переживаний с помощью движения глаз (ДПДГ).  
Восемь стадий ДПДГ.
  1. Оценка факторов безопасности клиента, изучение его истории болезни и планирование психотерапии.
  2. Подготовка.
  3. Определение предмета воздействия.
  4. Десенсибилизация.
  5. Инсталляция.
  6. Сканирование тела.
  7. Завершение.
  8. Переоценка.
7. Метод систематической десенсибилизации,
8. Метод шестишагового рефрейминга в терапии ПТСР.

7 Оценочные средства для проведения промежуточной аттестации

а) Планируемые результаты обучения и оценочные средства для проведения промежуточной аттестации:

| Код индикатора                                                                                                                                           | Индикатор достижения компетенции                                                                                                                                                                                                  | Оценочные средства                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-2: Способен осуществлять психологическую поддержку, психологическую помощь и психологическое сопровождение субъектов в образовании и социальной сфере |                                                                                                                                                                                                                                   |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| ПК-2.1                                                                                                                                                   | Определять приоритетные направления психологического сопровождения субъектов в образовании и социальной сфере на основе анализа и психологической оценки ресурсов, рисков и условий, затрудняющих становление и развитие личности | <p>Теоретические вопросы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Сущность экстремальных и чрезвычайных ситуаций</li> <li>2. Пролонгированный характер ЧС и ЭС</li> <li>3. Объективные и субъективные характеристики ситуаций, влияющие на уязвимость психики</li> <li>4. Типичные проявления психики в ЧС и ЭС.</li> <li>5. Основные характеристики поведения личности в ЧС и ЭС.</li> <li>6. Динамика аффективных реакций и поведения человека в зоне ЧС и ЭС.</li> <li>7. Фрустрационная регрессия. Сущность и ее проявление.</li> <li>8. Формирование постстрессовых нарушений</li> <li>9. Симптомы ПТСР</li> <li>10. Уровни дезадаптации при ПТСР</li> <li>11. Психологические механизмы возникновения ПТСР</li> <li>12. Факторы риска развития ПТСР</li> <li>13. Субъективные факторы в развитии ПТСР</li> <li>14. Переживания и поведение человека в ЧС и ЭС.</li> <li>15. Понятие стрессоустойчивости. Факторы стрессоустойчивости человека.</li> <li>16. Копинг-поведение и защитные механизмы как формы совладания со стрессом.</li> <li>17. Психологические защиты в ЭС. Признаки. Принципы психологической работы с психологическими защитами</li> <li>18. Психология переживания. Горе и горевание.</li> </ol> <p>Задания контрольной работы</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дайте сравнительную характеристику различных подходов к выделению экстремальных состояний. Можно ли считать какой-либо из подходов наиболее обоснованным?</li> <li>2. Какое позитивное влияние оказывает стресс на жизнь человека?</li> <li>3. При возникновении стрессовой ситуации в</li> </ol> |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>организме резко увеличивается выработка глюкозы в печени. Объясните физиологический смысл этого явления.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>4. Как влияют индивидуальные личностные особенности человека на степень его стрессоустойчивости?</li> <li>5. Приведите примеры психических и физических стрессоров.</li> <li>6. Что включает в себя эмоциональная реакция на стресс и как она влияет на преодоление человеком стресса?</li> <li>7. Как влияет фактор «интерпретация человеком стрессового события» на развитие психологического стресса?</li> <li>8. Опишите как влияет фактор прошлого опыта на развитие стрессовой реакции?</li> <li>9. Опишите как влияет фактор «осведомленность и информированность» на развитие психологического стресса</li> <li>10. Как может проявляться агрессивное поведение у человека в период острой реакции на стресс?</li> <li>11. На примере конкретных ситуаций объясните, почему одно и то же событие является стрессогенным не для всех его участников.</li> <li>12. Приведите пример стрессогенной ситуации, в которой вы оказывались. К развитию каких видов стресса она привела?</li> <li>13. Опишите, при каких условиях психическая травма приводит к возникновению ОСТР, а при каких – ПТСР. Возможно ли однозначное разграничение этих условий?</li> </ol> <p><i>Задачи из профессиональной области</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Определите приоритетные направления психологической поддержки в ситуации: «Однажды мне было тяжело, и больше я такого не переживу»: Ирина никогда не посещает врачей, и, что бы у нее ни заболело, в поликлинику не обращается. В детстве она пережила тяжелую операцию, после которой ее с трудом вывели. А потом оказалось, что диагноз был ошибочный, и операция была не нужна.</li> <li>2. Определите приоритетные направления психологической поддержки в ситуации: «Я не хочу быть ответственным»: Александр не водит автомобиль с тех пор, как попал в аварию, в которой очень пострадала и чуть не погибла его мать, которую он в тот день вез в своем автомобиле. Как ни странно, но в качестве пассажира он себя чувствует совершенно</li> </ol> |
|--|--|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

|        |                                                                                                                                                                                                                               |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
|--------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|        |                                                                                                                                                                                                                               | <p>спокойно и полностью доверяет своей жене, которая теперь водит автомобиль. Он страшится не столько аварии, сколько своей ответственности за чужую жизнь.</p> <p>3. Определите приоритетные направления оказания психологической поддержки подростку, оказавшемуся жертвой буллинга одноклассников</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
| ПК-2.2 | <p>Проектировать и организовывать деятельность по индивидуальному или групповому психологическому сопровождению, реализации психологической поддержки и психологической помощи субъектам в образовании и социальной сфере</p> | <p>Теоретические вопросы</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Экстренная психологическая помощь. Принципы.</li> <li>2. Экстренная психологическая помощь при бреде, галлюцинациях, апатии, ступоре.</li> <li>3. Экстренная психологическая помощь при двигательном возбуждении, агрессии, нервной дрожи.</li> <li>4. Помощь при страхе, плаче, истерическом припадке</li> <li>5. Особенности оказания помощи детям и взрослым пострадавшим от насилия</li> <li>6. Психофизиологические техники оказания психологической помощи при стрессе и ПТСР</li> <li>7. Сущность и принципы рефрейминга</li> <li>8. Сущность и принципы систематической десинсибилизации.</li> <li>9. Методы самопомощи при ПТСР</li> <li>10. Методы и способы психологической помощи и сопровождения людей в ситуации потери близких</li> <li>11. Самопомощь при острых реакциях на стресс.</li> <li>12. Психологический дебрифинг. Стадии</li> </ol> <p><i>Задания контрольной работы</i></p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Выберите и обоснуйте наиболее оптимальные способы психологического сопровождения человека пережившего острый стресс в ДТП без получения физических травм.</li> <li>2. Сравните основные подходы к оказанию психологической поддержки и психологической помощи людям понесшим материальные потери в ЭС и людям вышедшим из ЭС без материальных потерь</li> <li>3. Опираясь на основные признаки острого стрессового расстройства, обоснуйте принципы оказания психологической помощи подростку, оказавшемуся в ЭС.</li> <li>4. Опишите методы диагностики острого стрессового расстройства.</li> <li>5. Опишите методы диагностики ПТСР</li> <li>6. Дайте сравнительную характеристику нормального и осложненного горевания. Опишите варианты протекания осложненного горевания</li> <li>7. На примере конкретной чрезвычайной</li> </ol> |

|  |  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |  | <p>ситуации, произошедшей в вашем регионе, составьте план-схему организации и проведения экстренной психологической помощи. Укажите ресурсы, необходимые для ее оказания, возможное размещение специалистов и т.п. Оцените, насколько составленный вами план отвечает базовым принципам оказания экстренной психологической помощи.</p> <p>8 Опишите возможности использования различных направлений, форм, методов психотерапии в условиях чрезвычайной (экстремальной) ситуации.</p> <p><i>Задачи из профессиональной области</i></p> <p>1. Осуществите проектирование программы психологического сопровождения для младшего школьника/подростка, оказавшегося жертвой домашнего насилия/жертвой буллинга/переживающего горе смерти близкого родственника/ставшего свидетелем убийства. Выберите один из вариантов.</p> <p>2. Разработайте памятку психологу по самопомощи в экстремальной ситуации</p> |
|--|--|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**б) Порядок проведения промежуточной аттестации, показатели и критерии оценивания:**

Промежуточная аттестация по дисциплине «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» включает теоретические вопросы, позволяющие оценить уровень усвоения обучающимися знаний, и практические задания, выявляющие степень сформированности умений и владений, проводится в форме экзамена.

Зачет с оценкой по данной дисциплине проводится в устной форме по вопросам и включает 1 теоретический вопрос и одно практическое задание.

**Показатели и критерии оценивания:**

– на оценку **«отлично»** (5 баллов) – обучающийся демонстрирует высокий уровень сформированности компетенций по всем индикаторам, всестороннее, систематическое и глубокое знание учебного материала, свободно выполняет практические задания, свободно оперирует знаниями, умениями, применяет их в ситуациях повышенной сложности.

– на оценку **«хорошо»** (4 балла) – обучающийся демонстрирует средний уровень сформированности компетенций по индикаторам: основные знания, умения освоены, но допускаются незначительные ошибки, неточности, затруднения при аналитических операциях, переносе знаний и умений на новые, нестандартные ситуации.

– на оценку **«удовлетворительно»** (3 балла) – обучающийся демонстрирует пороговый уровень сформированности компетенций и их индикаторов: в ходе контрольных мероприятий допускаются ошибки, проявляется отсутствие отдельных знаний, умений, навыков, обучающийся испытывает значительные затруднения при оперировании знаниями и умениями при их переносе на новые ситуации.

– на оценку **«незачтено»** (2 балла) – обучающийся демонстрирует знания не более 20% теоретического материала, допускает существенные ошибки, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.

– на оценку **«незачтено»** (1 балл) – обучающийся не может показать знания на уровне воспроизведения и объяснения информации, не может показать интеллектуальные навыки решения простых задач.