

**Государственное автономное профессиональное образовательное
учреждение Московской области
«Губернский колледж»**

«Согласовано»

Заместитель директора

 Т.Г. Молчанова

«29» августа 2019 г.

«Утверждаю»

Директор ГАПОУ МО

«Губернский колледж»

 А. И. Лысиков

«29» августа 2019 г.



Рассмотрено на заседании

ПЦК дисциплин психолого-педагогического цикла

протокол № 1 от 28.08 2019г.

председатель ПЦК _____ А.П.Шибеева

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07. ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

профессионального цикла

программы подготовки специалистов среднего звена

по специальности

20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях

Серпухов, 2019

Составитель:

Ионина В. А., преподаватель ГАПОУ МО «Губернский колледж»

Эксперты:

Внутренняя экспертиза

Техническая экспертиза: председатель ПЦК дисциплин психолого-педагогического цикла Шибаева А. П.

Содержательная экспертиза: председатель ПЦК дисциплин психолого-педагогического Шибаева А. П.

Рабочая программа разработана на основе Федерального государственного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях (утвержденного приказом Министерства образования и науки РФ от «18» апреля 2014 г. № 352 "Об утверждении федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования по специальности 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях", зарегистрированного в Минюсте России 10.06.2014 N 32657).

Рабочая программа разработана в соответствии с разъяснениями по формированию примерных программ учебных дисциплин начального профессионального и среднего профессионального образования на основе Федеральных государственных образовательных стандартов начального профессионального и среднего профессионального образования, утвержденными И.М. Реморенко, директором Департамента государственной политики и нормативно-правового регулирования в сфере образования Министерства образования и науки Российской Федерации от 27 августа 2009 года.

СОДЕРЖАНИЕ

Название разделов	стр.
1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	4
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации учебной дисциплины	12
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	14
5. Лист изменений и дополнений, внесенных в рабочую программу	15

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

1.1. Область применения программы:

Рабочая программа учебной дисциплины (далее программа УД) – является частью программы подготовки специалистов среднего звена ГАПОУ МО «Губернский колледж» по специальности СПО 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях укрупнённой группы специальностей 200000 Техносферная безопасность и природообустройство (уровень 2), разработанной в соответствии с ФГОС СПО третьего поколения.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.07. Психология экстремальных ситуаций может быть использована в дополнительном профессиональном образовании (в программах повышения квалификации и переподготовки) специалистов по специальности 20.02.04 Пожарная безопасность и профессиональной подготовке по профессии 20.02.01 Пожарный.

Рабочая программа составлена для очной формы обучения.

1.2. Место учебной дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы: является одной из общепрофессиональных дисциплин профессионального цикла.

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

В результате освоения дисциплины студент должен **уметь:**

- оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику его развития;
- оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;
- вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи;

В результате освоения дисциплины студент должен **знать:**

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;

- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- механизмы образования толпы;
- принципы профилактики образования толпы;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- о влиянии этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- стадии развития общего адаптационного синдрома;
- субсиндромы стресса;
- виды стресса;
- механизм адаптации в экстремальной ситуации;
- механизмы накопления профессионального стресса;
- стадии формирования и симптомы профессионального выгорания;
- отсроченные последствия травматического стресса;
- этапы профессионального становления;
- основные виды профессиональных деформаций; принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку студентов к освоению профессиональных модулей ОПОП по специальности 20.02.02 Защита в чрезвычайных ситуациях, овладению профессиональными компетенциями (ПК)

ПК 1.1. Собирать и обрабатывать оперативную информацию о чрезвычайных ситуациях.

ПК 1.2. Собирать информацию и оценивать обстановку на месте чрезвычайной ситуации.

ПК 1.3. Осуществлять оперативное планирование мероприятий по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

ПК 1.4. Организовывать и выполнять действия по ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

ПК 1.5. Обеспечивать безопасность личного состава при выполнении аварийно-спасательных работ.

ПК 2.1. Проводить мониторинг потенциально опасных промышленных объектов.

ПК 2.2. Проводить мониторинг природных объектов.

ПК 2.3. Прогнозировать чрезвычайные ситуации и их последствия.

ПК 2.4. Осуществлять перспективное планирование реагирования на чрезвычайные ситуации.

ПК 2.5. Разрабатывать и проводить мероприятия по профилактике возникновения чрезвычайных ситуаций.

ПК 2.6. Организовывать несение службы в аварийно-спасательных формированиях.

ПК 4.1. Планировать жизнеобеспечение спасательных подразделений в условиях чрезвычайных ситуаций.

ПК 4.2. Организовывать первоочередное жизнеобеспечение пострадавшего населения в зонах чрезвычайных ситуаций.

ПК 4.3. Обеспечивать выживание личного состава и пострадавших в различных чрезвычайных ситуациях.

В процессе освоения дисциплины у студентов должны сформироваться общие компетенции (ОК)

ОК 1. – Пронимать сущность и социальную ответственность 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 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, обеспечивать ее сплоченность, эффективно общаться с коллегами, руководством, пострадавшими и находящимися в зонах чрезвычайных ситуаций.

ОК 7. – Ставит цели мотивировать деятельность подчиненных, организовывать и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения задания.

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

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

1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины:

максимальной учебной нагрузки студента **102** часа, в том числе:

обязательной аудиторной учебной нагрузки студента - **68** часов, из них практических занятий – **44** часа;

самостоятельной работы студента - **34** часа.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной деятельности	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	102
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	68
в том числе:	
лабораторные занятия	Не предусмотрено
практические занятия	44
проверочные работы	
курсовая работа (проект)	Не предусмотрено
самостоятельная работа студента (всего)	34
в том числе: подготовка сообщений, рефератов, презентаций, конспектов, написание эссе, подготовка ответов на вопросы, составление таблиц, решение тестового задания.	-
Самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	Не предусмотрено
Итоговая аттестация в форме (указать)	дифференцированный зачет

2.2 Тематический план и содержание учебной дисциплины ОПД.07 Психология экстремальных ситуаций

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работ (проект)		Объем часов	Уровень Освоения
Раздел I. Введение в психологию экстремальных ситуаций	Содержание учебного материала		2	2
	1	Общие сведения о психологии экстремальных ситуаций.		
	2	Понятия чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации		
	Лабораторные работы		Не предусмотрены	
	Практические занятия		8	2-3
	Круглый стол по теме: «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС».			
	Основные направления работы с субъектами экстремальной ситуации.			
	Семинар по теме: «Влияние экстремальных ситуаций на человека».			
	Групповое поведение людей			
	Контрольные работы		Не предусмотрены	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить сообщение с презентацией в программе Power Point по теме: «История катастроф, экстремальных и чрезвычайных ситуаций» Подготовить сообщения к семинару с презентацией в программе Power Point по темам: «Особенности поведения человека в экстремальных ситуациях». «Прогнозирование динамики психических состояний пострадавших при ЧС различного характера». «Стрессогенные факторы, влияющие на спасателей». «Влияние средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в ЧС».		6	3
	Раздел II. Нормальный стресс Тема 2.1. Стресс: история изучения,	Содержание учебного материала		2
1		Стресс. Общий адаптационный синдром.		
2		Понятие о стрессоустойчивости.		
Лабораторные работы		Не предусмотрены		
Практические занятия		Не предусмотрены		
Контрольные работы		Не предусмотрены		
Самостоятельная работа обучающихся		5	3	

определение, кривая развития стрессовой ситуации.	Нарисовать в тетради «Кривую развития стресса» по Г.Селье Подготовить презентацию в программе Power Point по теме «Стресс»			
Тема 2.2. Психофизиология стресса	Содержание учебного материала		4	2
	1	Нервная система человека: анатомическое строение и функциональное деление.		
	2	Гормоны напряжения и стресса		
	3	Механизмы стресса		
	4	Проверочная работа по теме «Психофизиология стресса»		
	Лабораторные работы		Не предусмотрены	
	Практические занятия		Не предусмотрены	
Тема 2.3. Психология стресса	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить в тетради ответы на вопросы по Главе 3 учебник «Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных» под ред. Ю.С. Шойгу стр. 34		2	3
	Содержание учебного материала.		4	2
	1	Понятие психологического стресса.		
	2	Факторы влияния на развитие психологического стресса.		
	3	Уровни реакций на стресс.		
	4	Проверочная работа по теме «Нормальный стресс».		
	Лабораторные работы		Не предусмотрены	
	Практические занятия		10	2-3
	Практикум «Психодиагностика стресса»			
	Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.			
	Темперамент. Определение типа темперамента.			
	Изучение типичных моделей поведения в конфликте			
	Лабораторные работы		Не предусмотрены	
	Самостоятельная работа обучающихся Тест эмоций Басса-Дарки в модификации Г.В. Резапкиной Подготовить сообщение на тему: «Роль и отражение темперамента на профессиональной деятельности спасателя»		4	3
Тема 2.4 Влияние стресса на жизнь человека.	Содержание учебного материала		Не предусмотрены	
	Лабораторные работы		Не предусмотрены	
	Практические занятия		4	2-3
	Влияние стресса на жизнь человека.			
	Семинар по теме «Стресс»			

	Контрольные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить сообщение к семинару по темам: «Стресс и утомление как основные группы психических функциональных состояний человека». «Проблема стресса и дистресса в профессиональной деятельности спасателя». «Психофизиологические основы стрессового механизма». «Основные правила поведения в условиях стресса».		2	3
Раздел III. Экстренная психологическая помощь. Травматический стресс. Тема 3.1 Экстренная психологическая помощь	Содержание учебного материала		2	1-2
	1	Острая реакция на стресс.		
	2	Проверочная работа на тему: «Экстренная допсихологическая помощь».		
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Практические занятия		10	2-3
	Приемы оказания экстренной «допсихологической» помощи.			
	Самопомощь при острых реакциях на стресс.			
	Приемы саморегуляции.			
	Методы оказания экстренной психологической помощи.			
	Контрольные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить сообщение «Виды острой реакции на стресс» Составить конспект по теме: «Изучение мероприятий психологической помощи личному составу спасателей при проведении специальных работ в очаге поражения»		4	3
Тема 3.2 Отсроченные реакции на травматический стресс.	Содержание учебного материала		6	2
	1	Психическая травма.		
	2	Понятие посттравматического стрессового расстройства.		
	3	Основные направления реабилитации ПТСР.		
	4	Переживание утраты. Реакция горя.		
	5	Психосоматические расстройства.		
	6	Проверочная работа по теме «Травматический стресс»		
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Практические занятия		6	2-3
	Критерии диагностики ПТСР			
	Суицидальное поведение. Оказание помощи при текущем суициде.			
Навыки эффективного общения с пострадавшими в ЧС				

	Контрольные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся Подготовить презентацию по теме: «Посттравматическое стрессовое расстройство» Решение тестового задания по теме: «Травматический стресс»		5	3
Раздел IV. Хронический стресс и профессиональное здоровье специалиста	Содержание учебного материала		4	2
	1	Профессиональное развитие и здоровье спасателей		
	2	Профессионально важные качества		
	3	Дифференцированный зачет		
	Лабораторные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Практические занятия		6	2-3
	Профессиональное выгорание у специалистов экстремального профиля			
	Психологическая подготовка спасателей			
	Семинар – практикум «Методы и приемы саморегуляции»			
	Контрольные работы		<i>Не предусмотрены</i>	
	Самостоятельная работа обучающихся Нарисовать структуру профессиональной пригодности по А.В. Карпову Заполнить в тетради таблицу «Возможные последствия недостаточного уровня развития характеристик ПВК» По плану подготовить сообщение по теме: «Дебрифинг стресса критического инцидента, психологическая поддержка и реабилитация».		6	3
Примерная тематика курсовой работы (проекта) <i>(если предусмотрены)</i>		<i>Не предусмотрена</i>		
Самостоятельная работа обучающихся над курсовой работой (проектом) <i>(если предусмотрены)</i>		<i>Не предусмотрена</i>		
Всего:		102		

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1 Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация учебной дисциплины требует наличия учебного кабинета.

Учебный кабинет теоретического обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением и выходом в сеть Internet;
- мультимедийный проектор.

3.2 Информационное обеспечение обучения

Основная литература

Для преподавателей:

1. Заварзина О.В. Психология экстремальных ситуаций.- М.:изд-во Курс Инфра-М 2017 г.
2. Ковтунович М. Г.; Рожков Н.В., Ениколопов С.Н., Орлова Е.В., Психологическая подготовка спасателей: Учебное пособие для спасателей студенческих спасательных отрядов – Издательство: Пер Сэ, 2010 г. *(не переиздавалась)*
3. Крюкова М.А., Никитина Г.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь: практ. пособие. – М.: ЭНАС, 2009. – 64 с. *(не переиздавалась)*
4. Кузнецова А.С., Леонова А.Б. Психологические технологии управления состоянием человека. – М.: Смысл, 2009. – 311 с. *(не переиздавалась)*
5. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации . — М.: Изд-во Эксмо, 2011. – 960 с. *(не переиздавалась)*
6. Малкина-Пых И.Г. Справочник практического психолога.- М.: Эксмо, 2010-702 с. *(не переиздавалась)*
7. Малкина-Пых И.Г.Психологическая помощь в кризисных ситуациях., М.: Изд-во Эксмо, 2009. – 928 с. *(не переиздавалась)*
8. Осипова, А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях. - Ростов н/Д, Феникс, 2006 г. – С 315. *(не переиздавалась)*
9. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: Теория, эмпирия, практика. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2017. – 206 с.
- 10.Пергаменщик Л.А., Пузыревич Н.Л. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Практикум: учеб.-метод. Пособие. – Минск: Изд-во Гревцова, 2019. – 340 с
- 11.Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. – М.: Смысл, 2010. – 364 с. *(не переиздавалась)*

Для студентов:

1. Заварзина О.В. Психология экстремальных ситуаций.- М.:изд-во Курс Инфра-М 2017 г.
2. Малкина-Пых И. Г. Экстремальные ситуации . — М.: Изд-во Эксмо, 2011. – 960 с. *(не переиздавалась)*

3. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. – М.: Смысл, 2012. – 364 с. (не переиздавалась)

Дополнительная литература

Для преподавателей:

1. Колодзин Бенджамин. Как жить после психической травмы. Пер. с английского Савельевой И.В. – М.: Шанс, 2016. – 95 с.
2. Кулик А.А. Картина мира лиц, переживших землетрясение. Автореферат дисс. ... канд. психол. н. – Хабаровск, 2018. – 21 с.
3. Леонтьев Д.А., Рассказова Е.И. Тест жизнестойкости. – М.: Смысл, 2016. – 63 с.
4. Мещеряков Б.Г., Зинченко В.П. Большой психологический словарь. М.: Прайм-Еврознак, 2017. 672 с.
5. Наенко Н.И. Психическая напряженность. – М.: Изд-во МГУ, 2016. – 112 с.
6. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под. общей ред. Ю.С. Шойгу. – М.: Смысл, 2017. – 319 с.
7. Саржавеладзе Н., Беберашвили З., Джавахишвили Д., Махашвили Н., Саржавеладзе Н. Травма и психологическая помощь. – М.: Смысл, 2017. – 180 с.

- 1.
2. МЧС России [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: www.mchs.gov.ru, свободный. - Яз. рус.
3. А. Я. Психология: тесты, тренинги, словарь, статьи [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text=azps.ru> тесты, свободный. - Яз. рус
4. МЧС медиа - сайт Объединённой редакции МЧС России [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text=mchsmedia>, свободный. - Яз. рус.
5. Пожарный сайт 01 - нормативные документы по пожарной безопасности, снп, гост, правила пожарной безопасности, пожарная техника... [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text=-rozarnyi.ru&lr>, свободный. - Яз. рус.
6. Учебник Психология экстремальных ситуаций [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text>, свободный. - Яз. рус.
7. Экстренная психологическая помощь [Электронный ресурс]. – Электрон. дан. - Режим доступа: <https://yandex.ru/search/?text=экстренная психологическая помощь практическое пособие>, свободный. - Яз. рус.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий, тестирования, а также выполнения обучающимися самостоятельных работ.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате изучения дисциплины студент должен:</p> <p>уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику; – оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях; – вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях; – учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи; <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях; – систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; – факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; – о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях; – понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи; – классификацию групп пострадавших в ЧС; – основные направления работы с различными группами пострадавших; – общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях; – алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации; признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс; – механизмы образования толпы; принципы профилактики образования толпы; – основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы; – алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке; – влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях; – принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса 	<p>Интерпретация результатов наблюдений за деятельностью обучающегося в процессе освоения образовательной программы.</p> <p>Стартовая диагностика подготовки обучающихся; выявление мотивации к изучению нового материала.</p> <p>Текущий контроль в форме:</p> <ul style="list-style-type: none"> -фронтальный опрос -индивидуальный опрос -тестовый контроль знаний -текущий контроль в форме защиты отчетов по практическим занятиям - Экспертная оценка результатов практической работы -Экспертная оценка результатов самостоятельной работы -письменный отчет - тестирование <p>Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета</p>

**5.ЛИСТ ИЗМЕНЕНИЙ И ДОПОЛНЕНИЙ, ВНЕСЕННЫХ
В РАБОЧУЮ ПРОГРАММУ**

№ изменения, дата внесения изменения; № страницы с изменением;	
БЫЛО	СТАЛО
Основание:	
Подпись лица внесшего изменения	