Негосударственное образовательное учреждение высшего образования
«Московский социально-педагогический институт»
Факультет коррекционной педагогики и специальной психологии

Утверждена
на заседании учебно-методического совета
НОУ ВО «МСПИ»
«25» сентября 2026 г. протокол № 3

Рабочая программа дисциплины

19. «Психология стресса, экстремальных ситуаций и кризисных состояний»

Дополнительная профессиональная образовательная программа
(программа профессиональной переподготовки)

«Клиническая психология»

Форма обучения
Очно-заочная

Москва – 2026

РАЗДЕЛ 1. Учебно-методический раздел рабочей программы дисциплины

1.1. Аннотация рабочей программы дисциплины

Психология стресса, экстремальных ситуаций и кризисных состояний

Цель обучения: углубленное изучение психологии стресса, экстремальных ситуаций и состояний.

Задачи дисциплины:

1. Дать представление об основных понятиях экстремальных ситуаций и состояний
2. Сформировать представление о целях, задачах и принципах психологической помощи в экстремальных ситуациях.
3. Стимулировать мотивацию для изучения дисциплины.
4. Сформировать базовые навыки оказания психологической помощи в экстремальных ситуациях.

Содержание дисциплины:

Введение в психологию экстремальных ситуаций и состояний.
Техники экстренной психологической помощи
Психология терроризма
Стихийное массовое поведение
людей. Психологический дебрифинг.
ПТСР и его диагностические критерии. Виды и механизмы насилия.
Методы психологической помощи взрослым, пострадавшим от насилия Методы психологической помощи детям, пострадавшим от насилия

1.2. Цель и задачи обучения по дисциплине Цель:

формирование профессиональных компетенций в области оказания психологической помощи при экстремальных ситуациях.

Задачи:

1. Дать представление об экстремальной ситуации и ее последствиях.
2. Сформировать навыки диагностики кризисного состояния на основании физиологических, психологических и поведенческих индикаторов.
3. Дать представление об основных направлениях психологической помощи при экстремальных ситуациях.
4. Сформировать навыки оказания психологической помощи пострадавшему в экстремальной ситуации.

1.3. Язык обучения

Язык обучения – русский.

1.4. Планируемые результаты обучения по дисциплине, обеспечивающие достижение планируемых результатов освоения образовательной программы

Код компетенции наименование компетенции	Код, наименование и содержание индикатора достижения компетенции	Результаты обучения

ОПК-10. Способен осуществлять педагогическую деятельность на основе новейших разработок в области образования и психологической науки и практики применительно к образовательным потребностям представителей различных групп населения, в том числе особых социальных групп населения (групп риска, уязвимых категорий населения, лиц с ограниченными возможностями здоровья) и при организации инклюзивного образования	**Необходимые знания:** Разрабатывать рекомендации по созданию и поддержанию благоприятных условий развития на переходных и кризисных этапах жизни обучающихся **Необходимые умения:** Теория, методология психологического консультирования, классификация методов, их возможности и ограничения, предъявляемые к ним требования **Трудовые действия:** Выявление условий, затрудняющих становление и развитие личности лиц с ограниченными возможностями здоровья, детей и обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, в том числе несовершеннолетних обучающихся, признанных в установленном порядке обвиняемыми или подсудимыми, либо являющихся потерпевшими или свидетелями преступления, с учетом особенностей их психофизического развития, и	**Знать:** ✓ Актуальные педагогические технологии персонализированного, дифференцированного и адаптивного обучения; ✓ Профессиональную этику при взаимодействии с особыми социальными группами (конфиденциальность, избегание стигматизации, принцип «не навреди») **Уметь:** ✓ Адаптировать учебный контент, темп, формы контроля и критерии оценки для лиц с ОВЗ и уязвимых категорий без снижения требований к качеству образования; ✓ Выстраивать педагогическую коммуникацию с учетом психологического состояния и социального контекста обучающегося (особенно из групп риска — техники снижения агрессии, поддержки при посттравматическом стрессе) **Владеть:** - Навыками самоанализа собственной педагогической деятельности с позиции соответствия новейшим разработкам и этическим принципам инклюзии.

		помощь людям с ограниченными возможностями здоровья.

РАЗДЕЛ 2. Структура и содержание дисциплины

2.1. Учебно-тематический план дисциплины

Очная форма обучения

Номер темы	Название темы	Объем дисциплины (модуля), час.				Форма промежуточной аттестации (ПА)
		Всего	Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий		СР	
			Л	ПР		
Тема 1	Введение в психологию экстремальных ситуаций и состояний.		2		4	
Тема 2	Техники экстренной психологической помощи		2		4	
Тема 3	Виды стрессоров. Влияние стресса на здоровье человека		2		2	
Тема 4	Стихийное массовое поведение людей. ПТСР и его диагностические критерии.		2		2	
Тема 5	Способы диагностики и коррекции стрессорных состояний		2		2	
Тема 6	Виды и механизмы насилия.		2		2	
	Форма промежуточной аттестации*					**зачет**
	ВСЕГО в академических часах	**36**			**22**	**2**

** Разработчик указывает формы промежуточной аттестации: экзамен, зачет, дифференцированный зачет*

Используемые сокращения:

Л – занятия лекционного типа (лекции и иные учебные занятия, предусматривающие преимущественную передачу учебной информации педагогическими работниками организации и (или) лицами, привлекаемыми организацией к реализации образовательных программ на иных условиях, обучающимся);

ПЗ – практические занятия (виды занятия семинарского типа за исключением лабораторных работ);

ПрП – работа обучающихся с педагогическими работниками организации и (или) лицами,

привлекаемыми организацией к реализации практической подготовки;

СР – самостоятельная работа, осуществляемая без участия педагогических работников организации и (или) лиц, привлекаемых организацией к реализации образовательных программ на иных условиях.

ПА – промежуточная аттестация (зачет или экзамен).

Образовательные технологии

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены лекциями и семинарскими (практическими) занятиями. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и

интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы слушателей в информационной образовательной среде.

2.1. Краткое содержание тем (разделов) дисциплины

Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций и состояний.

Понятие экстремальной ситуации. Классификация экстремальных ситуаций по источнику происхождения, по масштабу, по продолжительности и по предсказуемости. Понятие

кризисного состояния. Характеристики кризисных состояний и их диагностические критерии. Формы и методы психологической помощи лицам, пережившим экстремальные ситуации.

Тема 2. Техники экстренной психологической помощи.

Понятие экстренной психологической помощи. Принципы экстренной психологической помощи. Динамика психогенных расстройств, проявляющихся в опасных ситуациях. Симптомы, проявляющиеся у человека в экстремальных ситуациях: бред, галлюцинации, апатия, ступор, двигательное возбуждение, агрессия, страх, истерика, нервная дрожь, плач. Техники экстренной психологической помощи при проявлении названных симптомов. Правила первой помощи для психологов.

Тема 3. Виды стрессоров. Влияние стресса на здоровье человека

Хронический стресс. Условия гибели клеток центральной нервной системы при стрессе. Посттравматический стресс. Стресс как фактор развития психосоматических заболеваний.

Природа стрессора. Физический стресс – определение, причины возникновения, характеристики ответной реакции организма. Эмоциональный стресс – определение, причины возникновения. Социальный стресс. Профессиональный стресс.

Старение. Стресс и механизмы старения. Адаптация. Механизмы адаптации в разные возрастные периоды. Индивидуальная резистентность. Стратегии адаптации. Функции тренировок.

Тема 4. Стихийное массовое поведение людей.

Толпа – как одна из главных опасностей любой чрезвычайной ситуации. Основные механизмы образования толпы: слухи и циркулярная реакция (взаимное эмоциональное « заражение»). Четыре основных вида толпы: окказиональная (случайная), конвенциональная (сбор по поводу обусловленного события), экспрессивная (ритмично выражающая ту или иную эмоцию: гнев, радость), действующая толпа (с агрессивными, паническими, стяжательскими и повстанческими проявлениями). Психофизиологические, биологические и психологические механизмы паники. Физиологические, общепсихологические, социально – психологические и

социальные факторы паники. Динамика развития паники. Средства воздействия на паническое

поведение людей.

Тема 5. Изменение поведения при стрессе. Влияние стресса в разные возрастные периоды

Основные параметры поведения, изменяющегося при стрессе: ситуативная тревожность, страх, Двигательная и исследовательская активность, смещенная активность.

Межполовые различия стресс-реакции. Особенности функционирования системы "мать-дитя". Механизмы влияния стресса, испытываемого матерью, на плод. Изменение формирования материнского поведения при хроническом стрессе беременной. Последствия пренатального стресса для особи. Поведение, особенности обучения и памяти пренатально стрессированных животных. Факторы риска беременных женщин. Причины возникновения стресса у детей, особенности развития у них стрессорного ответа. Проявления детского стресса.

Состояние хронического стресса. Предшествующий в онтогенезе опыт. Предсказуемость воздействия. Возможность альтернативных действий. Стратегия поведения. Влияние иерархического статуса. Индивидуальная стрессоустойчивость организма. Измененные состояния сознания при стрессе. Комплексный подход к проблеме.

Тема 6. Виды и механизмы насилия.

Понятия психологического, физического и сексуального насилия. Основные механизмы насилия: фрустрация базовых потребностей, научение, влияние ролевых стереотипов.

Последствия психологического, физического и сексуального насилия для личности ребенка и взрослого.

2.3. Описание занятий семинарского типа

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 1.

Тема: Введение в психологию экстремальных ситуаций и состояний.

Цель: знакомство слушателей с основными понятиями психологии экстремальных ситуаций и кризисных состояний.

Понятийный аппарат: экстремальная ситуация, кризисное состояние, стресс, фрустрация, депривация, конфликт, кризис, психогении.

Вопросы для обсуждения:

1. Классификация экстремальных ситуаций.
2. Виды кризисных состояний.
3. Диагностика кризисного состояния.
4. Динамика психогенных расстройств.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 2. Тема: Психология терроризма.

Цель: знакомство слушателей с правилами поведения при террористическом акте и методами психологической помощи пострадавшим.

Понятийный аппарат: терроризм, правила поведения заложников, стокгольмский синдром, психологическая помощь.

Вопросы для обсуждения:

1. Психологический портрет террориста.
2. Психологический портрет жертвы.
3. Стокгольмский синдром.
4. Правила поведения заложников.
5. Методы психологической помощи пострадавшим.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 3.

Тема: Психологический дебрифинг.

Цель: знакомство слушателей с дебрифингом, как методом работы с групповой психической травмой в рамках экстренной психологической помощи

Понятийный аппарат: психологический дебрифинг, части и фазы дебрифинга.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие психологического дебрифинга.
2. Принципы и правила проведения психологического дебрифинга.
3. Стадии психологического дебрифинга.
4. Фазы психологического дебрифинга, их содержание и задачи.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 4.

Тема: Виды, механизмы насилия.
Цель: знакомство слушателей с видами, механизмами и последствиями насилия.

Понятийный аппарат: насилие, виды насилия, механизмы насилия, последствия насилия.

Вопросы для обсуждения:

1. Виды насилия.
2. Механизмы насилия.
3. Последствия насилия для личности ребенка и взрослого.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 5.

Тема: Техники экстренной психологической помощи.

Цель: освоение слушателями техник экстренной психологической помощи.

Содержание: показ и проработка в парах техник экстренной психологической помощи при остром двигательном расстройстве, нервной дрожи, агрессии, ступоре и апатии.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 6

Тема: Содержание и принципы экстренной психологической помощи детям, пострадавшим от насилия.

Цель: знакомство слушателей с содержанием и принципами оказания экстренной психологической помощи детям.

Содержание: освоение слушателями навыков оказания экстренной психологической помощи детям, пострадавшим от насилия. Групповая работа и работа в парах.

СЕМИНАРСКОЕ ЗАНЯТИЕ 7

Тема: Содержание и принципы экстренной психологической помощи взрослым, пострадавшим от насилия.

Цель: знакомство слушателей с содержанием и принципами оказания экстренной психологической помощи взрослым.

Содержание: освоение слушателями навыков оказания экстренной психологической помощи взрослым, пострадавшим от насилия. Групповая работа и работа в парах.

2.4. Описание занятий в интерактивных формах

Интерактивное занятие к теме 1 «Введение в психологию экстремальных ситуаций и состояний».

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется презентация и обсуждение групповых исследовательских работ слушателей–такая форма интерактивных занятий предполагает подготовку в рамках самостоятельной работы групповых работ, с последующей презентацией результатов; задания должны носить исследовательский характер. Выбираются четыре группы слушателей, в каждой группе 3-4 человека. Группам предлагается задание: найти в рекомендованных источниках литературы наиболее полную классификацию экстремальных состояний и дать их развернутую характеристику.

Интерактивное занятие к теме 2 «Техники экстренной психологической помощи»

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется презентация и обсуждение групповых исследовательских работ слушателей–такая форма интерактивных занятий предполагает подготовку в рамках самостоятельной работы групповых работ, с последующей презентацией результатов; задания должны носить исследовательский характер. Выбираются четыре группы слушателей, в каждой группе 3-4 человека. Группам предлагается задание: найти в рекомендованных источниках литературы наиболее полное описание техник экстренной

психологической помощи.

Интерактивное занятие к теме 6 «ПТСР и его диагностические критерии».

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется презентация и обсуждение групповых исследовательских работ слушателей–такая форма интерактивных занятий предполагает подготовку в рамках самостоятельной работы групповых работ, с последующей презентацией результатов; задания должны носить исследовательский характер. Выбираются четыре группы слушателей, в каждой группе 3-4 человека. Группам предлагается задание: найти в рекомендованных источниках литературы наиболее полное описание диагностических критериев ПТСР.

Интерактивное занятие к теме 8 «Методы психологической помощи взрослым, пострадавшим от насилия».

В качестве интерактивной формы проведения занятия используется методика разбора конкретных ситуаций. Это техника обучения, использующая описание реальных социальных и психологических ситуаций, для анализа обучающимися с целью определения сути проблем, предложения возможных решений, выбора лучших из них.

Несколько студенческих мини-групп, по 4-6 человек в каждой, знакомятся с содержанием кейса, обсуждают ситуацию и готовят ответы на сформулированные преподавателем вопросы. Результаты обсуждения в форме «решений» презентуются каждой группой и комментируются преподавателем.

В рамках занятия предусмотрена работа над следующим кейсом:

«Алгоритм проведения первой беседы со взрослым, пострадавшим от физического насилия». Студентам даются карточки с описанием конкретной ситуации, связанной с физическим насилием. Например, «К психологу обратилась молодая женщина, которую избил муж. Такая ситуация происходит уже не впервые. Потом муж заглаживает, как может, свою вину, просит прощения, становится очень внимательным. Но потом все повторяется. Она любит своего мужа, у них есть маленький ребенок – все это заставляет ее терпеть. Что же делать?

Вопросы и задания группам:

1. Определите суть проблемы, что это за ситуация?
2. Составьте план проведения первой беседы с женщиной, пострадавшей от физического насилия.
3. Какие принципы необходимо соблюдать при проведении такой беседы?
4. Наметьте план психологической помощи женщине, страдающей от физического насилия.

2.5. Организация планирования встреч с приглашенными представителями организаций

Встречи с приглашенными представителями организаций не предусмотрены.

2.6. Особенности освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучение обучающихся с ограниченными возможностями здоровья при необходимости осуществляется кафедрой на основе адаптированной рабочей программы с использованием специальных методов обучения и дидактических материалов, составленных с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья таких обучающихся.

В целях освоения учебной программы дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья кафедра обеспечивает:

1) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- размещение в доступных для обучающихся, являющихся слепыми или слабовидящими, местах и в адаптированной форме справочной информации о расписании учебных занятий;
- присутствие ассистента, оказывающего обучающемуся необходимую помощь;
- выпуск альтернативных форматов методических материалов (крупный шрифт или аудиофайлы);

2) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- надлежащими звуковыми средствами воспроизведение информации;

3) для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата:

- возможность беспрепятственного доступа обучающихся в учебные помещения, туалетные комнаты и другие помещения кафедры, а также пребывание в указанных помещениях.

Получение образования обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах или в отдельных организациях.

Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине.

Учебно-методические материалы для самостоятельной работы обучающихся из числа инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предоставляются в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Категории обучающихся	Формы
С нарушением слуха	- в печатной форме; - в форме электронного документа
С нарушением зрения	- в печатной форме увеличенным шрифтом; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

С нарушением опорно-двигательного аппарата	- в печатной форме; - в форме электронного документа; - в форме аудиофайла

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся.

Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине.

Перечень фондов оценочных средств, соотнесённых с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

Для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья предусмотрены следующие оценочные средства:

Категории обучающихся	**Виды оценочных средств**	**Формы контроля и оценки результатов обучения**
С нарушением слуха	тест	преимущественно письменная проверка
С нарушением зрения	собеседование	преимущественно устная проверка (индивидуально)
С нарушением опорно-двигательного аппарата	Решение дистанционных тестов, контрольные вопросы	-

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья увеличивается время на подготовку ответов к зачёту, разрешается готовить ответы с использованием дистанционных образовательных технологий.

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующие этапы формирования компетенций. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья предусматривается использование технических средств, необходимых им в связи с их индивидуальными особенностями. Процедура оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине предусматривает предоставление информации в формах, адаптированных к ограничениям их здоровья и восприятия информации:

Для лиц с нарушениями зрения:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла.

Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме;

- в форме электронного документа. Для лиц с нарушениями слуха:

- в печатной форме увеличенным шрифтом;

- в форме электронного документа;

- в форме аудиофайла.

Данный перечень может быть конкретизирован в зависимости от контингента обучающихся. При проведении процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья по дисциплине (модулю) обеспечивается выполнение следующих дополнительных требований в зависимости от индивидуальных особенностей, обучающихся:

- инструкция по порядку проведения процедуры оценивания предоставляется в доступной форме (устно, в письменной форме, устно);

- доступная форма предоставления заданий оценочных средств (в печатной форме, в печатной форме увеличенным шрифтом, в форме электронного документа, задания зачитываются ассистентом);

- доступная форма предоставления ответов на задания (письменно на бумаге, набор ответов на компьютере, с использованием услуг ассистента, устно).

При необходимости для обучающихся с ограниченными возможностями здоровья и инвалидов процедура оценивания результатов обучения по дисциплине (модулю) может проводиться в несколько этапов.

Проведение процедуры оценивания результатов обучения инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья допускается с использованием дистанционных образовательных технологий.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Для освоения дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья предоставляются основная и дополнительная учебная литература в виде электронного документа в фонде библиотеки и / или в электронно-библиотечных системах. А также предоставляются бесплатно специальные учебники и учебные пособия, иная учебная литература и специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования.

Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины В освоении дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья большое значение имеет индивидуальная работа.

Под индивидуальной работой подразумевается две формы взаимодействия с преподавателем: индивидуальная учебная работа (консультации), т.е. дополнительное разъяснение учебного материала и углубленное изучение материала с теми обучающимися,

которые в этом заинтересованы, и индивидуальная воспитательная работа. Индивидуальные консультации по предмету являются важным фактором, способствующим индивидуализации обучения и установлению воспитательного контакта между преподавателем и обучающимся инвалидом или обучающимся с ограниченными возможностями здоровья.

Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине. Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения:

- лекционная аудитория – мультимедийное оборудование, мобильный радиокласс (для слушателей с нарушениями слуха); источники питания для индивидуальных технических средств;

- учебная аудитория для практических занятий (семинаров) мультимедийное оборудование, мобильный радиокласс (для слушателей с нарушениями слуха);

- учебная аудитория для самостоятельной работы – стандартные рабочие места с персональными компьютерами; рабочее место с персональным компьютером, с программой экранного доступа, программой экранного увеличения и брайлевским дисплеем для слушателей с нарушением зрения. В каждой аудитории, где обучаются инвалиды и лица с ограниченными возможностями здоровья, должно быть предусмотрено соответствующее количество мест для обучающихся с учётом ограничений их здоровья.

2.7. Методические указания для слушателей по освоению дисциплины

Основными принципами изучения данной дисциплины являются:

- принцип развивающего и воспитывающего обучения;
- принцип культуро-природосообразности;
- принцип научности и связи теории с практикой;
- принцип систематичности;
- принцип наглядности;
- принцип доступности;
- принцип положительной мотивации и благоприятного климата обучения.

Методическое обеспечение дисциплины осуществляется за счёт использования современных учебников (учебных комплексов, справочной литературы, словарей, интернет-сайтов специальных зданий и организаций) и учебных пособий, касающихся проблематики изучаемой дисциплины (психологического консультирования, его форм и методов).

2.8. Материально-техническая база, необходимая для осуществления образовательного

«Учебные аудитории для проведения лекционных и практических занятий»	«Аудитория для самостоятельной работы»
(для проведения занятий лекционного и семинарского типа, практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся всех направлений подготовки) Специализированная мебель и технические средства обучения: Компьютерные столы – 11 шт., Стулья – 11 шт., Парта – 6 шт., Кресло – 1 шт., Стол – 1 шт., Флипчарт – 1 шт.; Шкаф-стеллаж книжный – 1 шт., Музыкальный центр – 1 шт., Технические средства обучения Комплект оборудования с доступом к сети Интернет - 8 шт.: моноблок HP All-in-One PC20-c429ur Процессор: AMD A4-9125 Radeon R3, 4Core 2C+2G, 2,3Ghz, 4Gb Клавиатура USB HP Мышь USB HP Наушники Philips SBC HP195 1 системный блок (преподавателя): - Монитор – 1 шт - Клавиатура – 1 шт - Мышь – 1 шт	(для проведения занятий лекционного и семинарского типа, практических занятий, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся всех направлений подготовки) Специализированная мебель и технические средства обучения: Компьютерные столы – 11 шт., Стулья – 11 шт., Парта – 6 шт., Кресло – 1 шт., Стол – 1 шт., Флипчарт – 1 шт.; Шкаф-стеллаж книжный – 1 шт., Музыкальный центр – 1 шт., Технические средства обучения Комплект оборудования с доступом к сети Интернет - 8 шт.: моноблок HP All-in-One PC20-c429ur Процессор: AMD A4-9125 Radeon R3, 4Core 2C+2G, 2,3Ghz, 4Gb Клавиатура USB HP Мышь USB HP Наушники Philips SBC HP195 1 системный блок (преподавателя): - Монитор – 1 шт - Клавиатура – 1 шт - Мышь – 1 шт

РАЗДЕЛ 3. Требования к самостоятельной работе слушателей в рамках освоения дисциплины

Методические рекомендации по выполнению самостоятельной работы

Самостоятельная работа слушателей – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процесса преподавателей.

Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из

нескольких заданий.

Разработка материалов для самостоятельной работы слушателей должна основываться на требованиях Положения об аттестации учебной работы слушателей института (http://www.psysocwork.ru/524/).

Самостоятельная работа слушателей в рамках дисциплины является одним из базовых компонентом обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

При изучении курса используются следующие формы самостоятельной работы:

- работа с книгой;
- работа со словарями;
- конспектирование;
- рецензирование;
- решение «кейс-методов».

Оформление самостоятельной работы:

1. Титульный лист.

Образец титульного листа определяется Положением об аттестации учебной работы слушателей института, и опубликован на сайте www.psysocwork.ru раздел «Учебный процесс» / «самостоятельная работа».

1. Устанавливаются следующие требования к оформлению самостоятельной работы:

- параметры страницы (210х297 мм) А4;
- интервал полуторный;
- шрифт 12, Times New Roman;
- поля страницы: левое – 2 см, правое – 1,5 см, верхнее – 2 см, нижнее – 2 см.
- все страницы должны иметь сквозную нумерацию арабскими цифрами в верхнем правом углу.

Самостоятельная работа слушателей в рамках дисциплины является одним из базовых компонентов обучения, приобретения общекультурных и профессиональных компетенций, предусмотренных компетентностно-ориентированным учебным планом и рабочей программой учебной дисциплины. В процессе самостоятельной работы студенты проявляют свои творческие качества, поднимаются на более высокий уровень профессионализации.

Формы выполнения слушателями самостоятельной работы могут быть разнообразны: как выполнение ряда заданий по темам, предложенным преподавателем, так и выполнение индивидуальных творческих заданий (в согласовании с преподавателем): составление библиографии, картотеки статей по определенной теме; составление опорных схем для осмысления и структурирования учебного материала; создание электронных презентаций; выступления на научно-практических конференциях и мн. др.

Типовые задания СРС:

- работа с первоисточниками;
- подготовка докладов;
- изучение отдельной темы и разработка опорного конспекта;
- решение исследовательских задач;
- составление понятийного тезауруса;
- подготовка презентации;
- написание эссе;

- составление аннотированного списка литературы по одной из тем;
- исследовательские работы (возможна разработка проекта).

Самостоятельная работа слушателей – способ активного, целенаправленного приобретения студентом новых для него знаний, умений и компетенций без непосредственного участия в этом процесса преподавателей. Самостоятельная работа по дисциплине является единым видом работы, которая может состоять из нескольких заданий.

3.1. Задания для самостоятельной работы по каждой теме (разделу) учебно-тематического плана

При работе с учебной литературой необходимо выполнить следующие задания ответить на вопросы по теме учебного плана дисциплины:

Самостоятельная работе к Теме 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций и состояний.

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, Отражающих основные понятия психологии экстремальных ситуаций и состояний.
2. Законспектировать одну из глав книги: Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях /И.Г. Малкина-Пых. -М.: Эксмо, 2010. - 928 с.
3. Оформить презентацию доклада по теме: «Классификация экстремальных ситуаций»

Самостоятельная работе к Теме 2. Техники экстренной психологической помощи.

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, отражающих техники экстренной психологической помощи.
2. Законспектировать одну из глав книги: Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях /И.Г. Малкина-Пых. -М.: Эксмо, 2010. - 928 с.
3. Оформить презентацию доклада по теме: «Техники экстренной психологической помощи»

Самостоятельная работе к Теме 3. Психология терроризма.

Время на изучение и выполнение заданий по данной теме:

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, отражающих «стокгольмский синдром».
2. Законспектировать одну из глав книги: Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях /И.Г. Малкина-Пых. -М.: Эксмо, 2010. - 928 с.
3. Оформить презентацию доклада по теме: «Правила поведения заложников при

террористическом акте»

Самостоятельная работе к Теме 4. Стихийное массовое поведение людей.

Время на изучение и выполнение заданий по данной теме:

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, отражающих механизмы паники.
2. Законспектировать одну из глав книги: Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях /И.Г. Малкина-Пых. -М.: Эксмо, 2010. - 928 с.
3. Оформить презентацию доклада по теме: «Методы профилактики паники»

Самостоятельная работе к Теме 5. Психологический дебрифинг.

Время на изучение и выполнение заданий по данной теме:

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, отражающих методы и техники проведения психологического дебрифинга.
2. Законспектировать одну из глав книги: Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях /И.Г. Малкина-Пых. -М.: Эксмо, 2010. - 928 с.
3. Оформить презентацию доклада по теме: «Фазы психологического дебрифигнга и их содержание».

Самостоятельная работе к Теме 6. ПТСР и его диагностические критерии.

Время на изучение и выполнение заданий по данной теме:

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, рассматривающих теоретические модели ПТСР.
2. Законспектировать одну из глав книги: Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях /И.Г. Малкина-Пых. -М.: Эксмо, 2010. - 928 с.
3. Оформить презентацию доклада по теме: «Методы психологической помощи при ПТСР»

Самостоятельная работе к Теме 7. Виды, механизмы насилия.

Время на изучение и выполнение заданий по данной теме:

Задания к теме.

1. Проанализировать специфику различных видов насилия.
2. Проанализировать механизмы насилия.
3. Оформить презентацию доклада по теме последствий насилия для личности ребенка.
4. Законспектировать параграф «Факторы риска насилия» из учебного пособия И.М.Пономаревой «Работа психолога в кризисных службах» http://lib.gipsr.ru:8087/jirbis2/index.php?option=com_irbis&view=irbis&Itemid=108&task=set_static_req&re

q_irb=%3C.%3EI=88.492/П 56387647%3C.%3E&bns_string=IBIS

Самостоятельная работе к Теме 8. Методы психологической помощи взрослым, пострадавшим от насилия.

Время на изучение и выполнение заданий по данной теме:

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, отражающих специфику оказания психологической помощи при различных видах насилия.

2. Проанализировать специфику психологической помощи пострадавшим от психологического насилия.

3. Составить план оказания психологической помощи пострадавшим от физического насилия.

4. Написать творческую работу по теме «Последствия насилия для личности взрослого».

Самостоятельная работе к Теме 9. Методы психологической помощи детям, пострадавшим от насилия.

Время на изучение и выполнение заданий по данной теме:

Задания к теме.

1. Составить библиографию по данной теме с использованием литературных источников, отражающих методы и техники психологической помощи детям, пострадавшим от насилия.

2. Законспектировать одну из глав книги: Малкина-Пых, И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях /И.Г. Малкина-Пых. -М.: Эксмо, 2010. - 928 с.

3. Оформить презентацию доклада по теме: «Методы психологической помощи детям, пострадавшим от насилия»

3.2. Критерии оценки результатов выполнения самостоятельной работы

Оценка самостоятельной работы осуществляется в соответствии с Положением об аттестации учебной работы слушателей института в рамках балльно-рейтинговой системы оценки учебной работы слушателей.

Баллы БРС присваиваются следующим образом:

- 30 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы достойны отличной оценки;
- 25 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны хорошей оценки;
- 20 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны удовлетворительной оценки;
- 10 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в не полном объеме (не менее

75% заданий), все работы в среднем достойны оценки не ниже хорошей;

- 0 баллов – самостоятельная работа выполнена в срок, в полном объеме, все работы в среднем достойны неудовлетворительной оценки.

РАЗДЕЛ 4. Фонд оценочных средств

4.1. Материалы, обеспечивающие методическое сопровождение оценки качества знаний по дисциплине на различных этапах ее освоения.

К основным формам контроля, определяющим процедуры оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций по дисциплине относится рубежный контроль в виде контрольной работы, промежуточная аттестация в форме экзамена по дисциплине.

Критериями и показателями оценивания компетенций на различных этапах формирования компетенций являются:

- знание терминов, понятий, категорий, концепций и теорий по дисциплине;
- понимание связей между теорией и практикой;
- сформированность аналитических способностей в процессе изучения дисциплины

Шкала оценивания

Уровень знаний, аттестуемых на экзамене, оценивается по пятибалльной системе с оценками

«отлично», «хорошо», «удовлетворительно», «неудовлетворительно».

ОТЛИЧНО (5 баллов)
Обучающийся показывает высокий уровень теоретических знаний, владения понятийным аппаратом в области психологии экстремальных ситуаций и состояний. Определяет ее цели, задачи, предметную область, и междисциплинарные связи.
Демонстрирует знание в области психологии экстремальных ситуаций и состояний. Владеет профессиональной терминологией. Знает методы психологической помощи при различных типах кризисных ситуаций и состояний.

Демонстрирует знание специальной литературы в области теории и практики психологии экстремальных ситуаций и состояний. На вопросы отвечает четко, логично, уверенно, по существу.

Способен анализировать задачи, логично выстраивать связи в системе кризисной помощи лицам в экстремальных ситуациях, имеющих выраженные клинические признаки переживания кризисных состояний.

ХОРОШО (4 балла)
Обучающийся показывает высокий уровень теоретических знаний, владения понятийным аппаратом в области психологии экстремальных ситуаций и состояний. Определяет ее цели, задачи, предметную область, и междисциплинарные связи.
Демонстрирует знание в области психологии экстремальных ситуаций и состояний. Владеет профессиональной терминологией. Знает методы психологической помощи при различных типах кризисных ситуаций и состояний.
Демонстрирует знание специальной литературы в области теории и практики психологии экстремальных ситуаций и состояний.
При ответе допускает незначительные ошибки, неточности по критериям, которые не искажают сути ответа. В целом содержательно отвечает на дополнительные вопросы. При этом примеры, иллюстрирующие теоретическую часть ответа, приводит не вполне развернуто и обоснованно.
Способен анализировать задачи, логично выстраивать связи в системе кризисной помощи лицам в экстремальных ситуациях, имеющих выраженные клинические признаки переживания кризисных состояний.
Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) с незначительными ошибками и неточностями.

УДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (3 балла)
Обучающийся показывает поверхностное владение теоретическими знаниями в области психологии экстремальных ситуаций и состояний.
Продемонстрированные базовые знания частичные, отрывочные, бессистемные. Слабо представляет систему методологии психологической помощи лицам в кризисных и экстремальных ситуациях. В основном не может ответить на дополнительные вопросы по теореи и практике психологии экстремальных ситуаций и состояний, привести адекватные примеры
Решение профессионально-ориентированной задачи (кейса) в области психологической помощи лицам в экстремальных ситуациях содержит существенные ошибки и неточности.

НЕУДОВЛЕТВОРИТЕЛЬНО (2 балла)
Обучающийся показывает низкий уровень компетентности, недостаточное раскрытие феноменологии психологии экстремальных ситуаций и состояний, ее понятийного аппарата
Ответ содержит ряд серьезных неточностей, выводы поверхностны или неверны. Не может привести примеры, демонстрирующие реальное использование методов и форм психологической

помощи лицам в ситуации кризиса. Неуверенно и логически непоследовательно излагает материал. Неправильно отвечает на дополнительные вопросы или затрудняется с ответом.

Профессионально-ориентированная задача (кейс) не решена или содержит грубые ошибки.

4.2. Формирование компетенций в процессе освоения дисциплины

Номер темы	Название темы	Код изучаемой компетенции
Тема 1	Введение в психологию экстремальных ситуаций и состояний.	ОПК-10
Тема 2	Техники экстренной психологической помощи	ОПК-10
Тема 3	Виды стрессоров. Влияние стресса на здоровье человека	ОПК-10
Тема 4	Стихийное массовое поведение людей. ПТСР и его диагностические критерии.	ОПК-10
Тема 5	Способы диагностики и коррекции стрессорных состояний	ОПК-10
Тема 6	Виды и механизмы насилия.	ОПК-10

4.3. Описание форм аттестации текущего контроля успеваемости (рубежного контроля) и итогового контроля знаний по дисциплине (промежуточной аттестации по дисциплине)

Основными документом регламентирующими порядок организации и проведения текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации обучающихся в СПбГИПСР, являются: Устав СПбГИПСР, Положение об аттестации учебной работы слушателей института.

Рубежный контроль. Порядок проведения рубежного контроля регулируется Положением об аттестации учебной работы слушателей института. Проводится в форме контрольной работы:

Контрольная работа представлена в форме теста минимальной компетентности. Обучающимся предлагается ответить на 10 закрытых вопросов теста с выбором одного ответа на каждый.

Тест проводится на занятии, вопросы проецируются на экране, время ответа 35 секунд. Необходимо ответить на 7 вопросов из 10.

Примерные вопросы теста:

1. Выберите проявление Э.С. природного характера: а) лесные пожары; б) автомобильная авария.
2. Выберите проявление Э.С. техногенного характера: а) насилие; б) возгорание реактивов в лаборатории
3. Выберите проявление Э.С. социобиологического характера: а) терроризм; б) землетрясение.
4. Выберите принцип экстренной психологической помощи: а) безотлагательность; б) действие «здесь и сейчас».

5. К аффективным расстройствам относится: а) ступор; б) острое двигательное возбуждение.

6. К шоковым расстройствам относится: а) апатия б) нервная дрожь.

7. К социокультурным факторам риска насилия относится: а) неполные семьи; б) демонстрация насилия в средствах массовой информации.

8. К факторам риска насилия на уровне семьи относится: а) инвалидность ребенка; б) многодетные семьи.

9. К факторам риска насилия на уровне личности родителя относится: а) алкоголизм; б) социальный кризис.

10. К факторам риска насилия на уровне личности ребенка относится: а) инвалидность родителя; б) проявление синдрома дефицита внимания у ребенка.

Промежуточная аттестация по дисциплине является итоговой проверкой знаний и компетенций, полученных студентом в ходе изучения дисциплины.

Промежуточная аттестация по дисциплине проводится в виде экзамена. Промежуточная аттестация проводится в соответствии с требованиями Положения об аттестации учебной работы слушателей института.

4.4. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения дисциплины

Примерные вопросы к экзамену

1. Понятие экстремальной ситуации. Классификация экстремальных ситуаций.
2. Экстремальные ситуации техногенного характера.
3. Экстремальные ситуации природного характера.
4. Экстремальные ситуации биолого-социального характера.
5. Понятия стресса и травматического стресса.
6. Симптоматика, проявляющаяся у человека в экстремальных ситуациях: признаки и составляющие ступора, апатии, двигательного возбуждения.
7. Принципы экстренной психологической помощи.
8. Цели и задачи экстренной психологической помощи.
9. Правила первой помощи в экстремальных ситуациях для психологов.
10. Техники экстренной психологической помощи при остром стрессовом расстройстве.
11. Психологическая помощь при гипокинетической форме аффективно-шоковой реакции.
12. Психологическая помощь при гиперкинетической форме аффективно-шоковой реакции.
13. Динамика психогенных расстройств, развивающихся в экстремальных ситуациях.

14. Психогении в экстремальных ситуациях.
15. Психология терроризма.
16. Психологические портреты террористов. 17.Психологические портреты жертв террора.
18. Основные правила поведения заложников.
19. Понятие и психологическое содержание «стокгольмского синдрома».
20. Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях.
21. Толпа и ее виды.
22. Основные механизмы образования толпы.
23. Паника и механизмы ее образования.
24. Психологический дебрифинг.
25. Основные фазы дебрифинга.
26. Содержание вводной фазы и фазы описания фактов психологического дебрифинга.
27. Содержание фазы мыслей и фазы описания переживаний психологического дебрифинга.
28. Содержание фазы описания симптомов и фазы завершения психологического дебрифинга.
29. Содержание фазы психологического дебрифинга – реадаптация.
30. Механизмы травматического стресса.
31. Основные принципы работы с психологической травмой.
32. Понятие посттравматического стрессового расстройства (ПТСР).
33. Диагностические критерии ПТСР.
34. Понятие насилия.
35. Классификации видов насилия.
36. Виды насилия.
37. Механизмы насилия.
38. Психологическое и эмоциональное насилие.
39. Последствия психологического насилия для личности ребенка.
40. Физическое насилие и его проявления.

Пример типового задания в форме теста для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

Инструкция: Выберите один правильный ответ:

Тест 1.

К принципу кризисной интервенции

1) Акцент на событиях раннего детства

2) Интервенция в глубокие слои сознания

3) Безотлагательность

4) Системность

Тест 2.

Наиболее уязвимыми возрастными группами по воздействию экстремальных ситуаций на психическое здоровье человека являются:

1) Дети и подростки

2) Зрелые люди

3) Молодежь

4) Ногвнорожденные

Пример типового практико-ориентированного задания

Типовое задание 1.

Ситуационная задача

Артем Н.,19 лет

Из анамнеза: полгода назад лет пережил тяжелую психотравмирующую ситуацию: отец покончил жизнь самоубийством на глазах у сына (застрелился). Артем какое-то время находился один в квартире с телом отца. Мать, пришедшая с работы. обнаружила Артема в оцепении. Он не узнавал мать и не понимал трагичность событий. Бал огопитализирован в психиатрическую клинику, спустя 14 дней выписан. По прошествии трагедии спустя 2 меяца у Артема появились страхи помокников, пугливость, неконтролируемые вспышки беспричинной тревоги и страха.

Задание:

1. Какое нарушение возникло у Артема?

2. Охарактеризуйте возможные направления психологической интервенции в отношении данного случая

Типовое задание 2.

Ситуационная задача

Анна 42 года.

Обратилась за психологической помощью. Ее интересовал вопрос, как вести себя со своей 60-летней мамой, которой поставили диагноз: рак. Врачи за месяц проживания женщины в больнице расписались в собственном бессилии и на днях выписывают ее домой. Мама, женщина мужественная, прожившая тяжелую жизнь, еще не знает о действительных масштабах своей болезни. Что говорить, как вести с ней. Откуда черпать силы перед лицом такого несчастья?

Задание:

1. Опишите психологическое состояние женщины
2. Какие вопросы для беседы с женщиной важно составить психологу

3. Опишите стратегии помощи женщине в ситуации кризисы

РАЗДЕЛ 5. Глоссарий

Агрессия – индивидуальное или коллективное поведение, действие, направленное на нанесение физического или психологического ущерба другому человеку или группе людей. В случае экстремальной ситуации (Э.С.) может быть одним из непроизвольных способов снизить высокое внутреннее напряжение.

Апатия – безразличное отношение к окружающему, вялость, заторможенность, медленная, с длительными паузами речь. Ощущение полной душевной опустошенности.

Может возникать после длительной, напряженной, но безуспешной работы или ситуации потери смысла своей деятельности.

Аффективно – шоковая реакция – возникает при внезапном потрясении с угрозой для жизни, длится от 15 минут до нескольких часов или суток. Протекает в гипер – и гипокинетической форме.

Бред – ложные представления или умозаключения человека, в ошибочности которых

пострадавшего невозможно разубедить.

Вторичная травма – процесс накопления профессионалом негативных эмоций клиентов, переживших травматический стресс, приводящий к ослаблению Эго – ресурсов.

Галлюцинация – переживание пострадавшим ощущения присутствия воображаемых объектов, которые в настоящий момент не воздействуют на соответствующие органы чувств (слышит голоса, видит людей, чувствует запахи, вибрацию и пр.).

Гиперкинетическая форма аффективно – шоковой реакции – состояние острого двигательного возбуждения, «двигательной бури».

Гипокинетическая форма аффективно – шоковой реакции – общее оцепенение, эмоционально – двигательная заторможенность, иногда, вплоть до обездвиженности – ступора.
Дебрифинг – метод работы с групповой психической травмой в рамках экстренной психологической помощи. Это особо организованная, четко структуриров анная групповая работа с людьми, совместно пережившими катастрофу или иное трагическое событие с целью отреагирования своих переживаний в условиях безопасности и конфиденциальности.

Действующая толпа – политически наиболее значимый и опасный вид коллективного поведения, направленный на реализацию определенной цели: агрессия, стяжательство и пр.

Депрессия – тяжелые и мучительные переживания беспомощности перед лицом жизненных трудностей, бесперспективность, чувство вины, пассивность поведения.

Диссоциация (рассогласованность) – процесс, посредством которого согласованный набор действий, мыслей, отношений или эмоций отделяется от другой части личности и функционирует независимо. “Нормальная” диссоциация проявляется в виде рассеянности.

Патологическая диссоциация – в виде частичной утраты интегрированных в норме функций сознания и моторного поведения.

Конвенциональная толпа (англ. convention – условность) – собирается по поводу заранее объявленного события.

Конфликт (лат. conflicts – столкновение) – столкновение противоположно направленных целей, интересов, позиций, мнений оппонентов или субъектов взаимодействия.

Кризис – состояние личности, характеризующееся резкими психологическими изменениями, ощущением наличия проблемы, которую необходимо решить.

Нервная дрожь – неконтролируемое дрожание всего тела или отдельных его частей,

после переживания экстремальной ситуации. Так организм “сбрасывает” эмоциональное напряжение.

Окказиональная толпа (англ. occasion – случайность) – скопление людей, собравшихся поглазеть на неожиданное происшествие.

Острое двигательное возбуждение – резкие**,** хаотичные, часто бесцельные и бессмысленные действия людей, находящихся в состоянии глубоко помраченного сознания.

Паника - массовое, стихийное, импульсивное поведение людей, обусловленное страхом. Возникает либо как следствие дефицита информации о какой-то пугающей ситуации, либо ее избытка.

Посттравматическое стрессовое расстройство – комплекс реакций травматического стресса. Характеризуется насильственными воспоминаниями о событиях, притупленностью эмоций, чувством изоляции, упорными симптомами психофизиологических нарушений и пр.

Психическая травма – потрясение, переживание особого рода, вызванное угрозой здоровью и жизни человека или его близких. Главное содержание психологической травмы: утрата веры в то, что жизнь организована в соответствии с определенным порядком и поддается контролю.

Психогении – патологические, реактивные состояния человека, возникающие в экстремальных условиях. Болезненные состояния, выводящие человека из строя, лишающие его возможности продуктивно общаться с другими и целенаправленно действовать.

Стресс - общая, неспецифическая реакция мобилизации ресурсов организма в ответ на воздействие неблагоприятных факторов. Это могут быть физиологические факторы - боль, голод, жажда. Среди психологических факторов, вызывающих стресс, чаще всего выступают обида, угроза и утрата.

Ступор – одна из самых сильных защитных реакций организма. Наступает после нервных потрясений (взрыв, нападение, жестокое насилие). Выражается в резком снижении или отсутствии движений и речи; отсутствии реакций на внешние раздражители (шум, свет, прикосновения); «застывании» в определенной позе.

Террор (лат. terror – страх, ужас) – форма политического насилия, характеризующаяся жестокостью и направленностью на устрашение, запугивание.

Толпа – стихийное скопление людей, объединенное между собой общим центром внимания и эмоциональным состоянием.

Травматический стресс – результат взаимодействия человека и окружающего мира в условиях угрозы здоровью и жизни. Это нормальная реакция на ненормальные обстоятельства.

Фрустрация – реакция эмоционального напряжения в ситуации непреодолимых препятствий (реальных или вымышленных).

Циркулярная реакция – взаимное «заражение», то есть передача эмоционального состояния от одного организма другому на психофизиологическом уровне контакта.

Экстремальная ситуация – это обстановка на определенной территории, сложившаяся в результате аварии, опасного стихийного или иного бедствия, которые могут повлечь за собой человеческие жертвы, ущерб здоровью людей и окружающей среде, материальные потери и нарушение условий жизнедеятельности.

Экстренная психологическая помощь – требуется и оказывается людям, находящимся в состоянии острого стрессового расстройства. Заключается в безотлагательном психологическом воздействии в соответствии с характером состояния пострадавших.

РАЗДЕЛ 6. Информационное обеспечение дисциплины

6.1. Перечень рекомендуемой литературы, необходимой для освоения дисциплины

№	Наименование издания	Тема 1	Тема 2	Тема 3	Тема 4	Тема 5	Тема 6	Тема 7	Тема 8
Основная литература									
1	*Одинцова, М. А.* Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9094-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/469938	+	+		+	+	+	+	+
2	Решетников, М. М. Психическая травма : учебное пособие для вузов / М. М. Решетников. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 200 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-05650-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/473576		+	+	+	+	+	+	+
3	Шарапов, А. О. Экстренная психологическая помощь : учебное пособие для вузов / А. О. Шарапов, Е. П. Пчелкина, О. В. Логинова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 212 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11584-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL:	+	+	+	+	+	+	+	+
Дополнительная литература									
1	*Дереча, В. А.* Психогенные переживания и расстройства : учебное пособие для вузов / В. А. Дереча, Г. И. Дереча. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 195 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-13275-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/476895	+			+	+			+
2	*Кадыров, Р. В.* Посттравматическое стрессовое расстройство (PTSD) : учебник и практикум для вузов / Р. В. Кадыров. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2021. — 644 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12558-0. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: https://urait.ru/bcode/476473		+			+			+
3	Пономарева, И. М. Работа психолога в кризисных службах : учебное пособие / И. М. Пономарева. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 198 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277347	+	+	+	+	+	+	+	+
4	Погодин, И. А. Суицидальное поведение: психологические аспекты : учебное пособие / И. А. Погодин. – 4-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2021. – 333 с. – (Библиотека психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=83459					+		+	+

6.2. Перечень ресурсов информационно-коммуникационной сети «Интернет», используемых при освоении дисциплины

1. Психология - [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.psychology.ru
2. Российская психология (информационно-аналитический портал) [Электронный ресурс]. -

Режим доступа: http://www.rospsy.ru/federatsiya-psikhologov-obrazovaniya-rossii

3. Электронная библиотека по психологии [Электронный ресурс]. - Режим доступа: http://www.psychology.ru/Library

6.3. Перечень программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационных справочных систем, необходимых для изучения дисциплины

В рамках дисциплины используется следующее лицензионное программное обеспечение (MS OFFICE – Word, Excel, PowerPoint)

В учебном процессе используются следующие информационные базы данных и справочные системы:

ЮРАЙТ: образовательная платформа: [сайт]. – Москва, 2013 –. – URL: https://urait.ru/ (дата обращения: 28.04.2021). – Режим доступа: для авториз. пользователей.

ЭБС «Университетская библиотека онлайн» http://biblioclub.ru/

Консультант Плюс https://www.consultant.ru/

Гарант https://www.garant.ru/

Пси профиль. Профессиональные психологические тесты