

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное учреждение
высшего профессионального образования
"Казанский (Приволжский) федеральный университет"
Отделение психологии



УТВЕРЖДАЮ

Проректор по образовательной деятельности КФУ

Проф. Таюрский Д.А.



_____ 20__ г.

подписано электронно-цифровой подписью

Программа дисциплины

Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных ситуациях Б1.В.ДВ.2

Направление подготовки: 37.04.01 - Психология

Профиль подготовки: Психология состояний человека

Квалификация выпускника: магистр

Форма обучения: очное

Язык обучения: русский

Автор(ы):

Чернов А.В.

Рецензент(ы):

Прохоров А.О.

СОГЛАСОВАНО:

Заведующий(ая) кафедрой: Прохоров А. О.

Протокол заседания кафедры No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Учебно-методическая комиссия Института психологии и образования (отделения психологии):

Протокол заседания УМК No ____ от " ____ " _____ 201__ г

Регистрационный No 801116615

Казань
2015

Содержание

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы
3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля
4. Структура и содержание дисциплины/ модуля
5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения
6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости, промежуточной аттестации по итогам освоения дисциплины и учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы студентов
7. Литература
8. Интернет-ресурсы
9. Материально-техническое обеспечение дисциплины/модуля согласно утвержденному учебному плану

Программу дисциплины разработал(а)(и) старший преподаватель, к.н. Чернов А.В. Кафедра общей психологии отделение психологии , Albert.Chernov@kpfu.ru

1. Цели освоения дисциплины

Целью изучения дисциплины является ознакомление магистрантов с основными способами и приемами саморегуляции психических состояний в возникающих кризисных и экстремальных ситуациях жизнедеятельности. В рамках курса раскрываются психологические механизмы различных кризисных ситуаций: связанных с потерей близких или возникших на фоне жестокого обращения с человеком, на фоне тревоги, чувства вины, утраты смысла жизни. В рамках курса предлагаются различные стратегии преодоления сопутствующих кризисным ситуациям психических травм. Кроме того, в рамках изучения дисциплины магистранты знакомятся с психологией экстремальных ситуаций, а также способами поведения и регуляции возникающих в них неравновесных психических состояний.

Курс призван научить магистрантов управлять своими негативными состояниями, вовремя сдерживать эмоции или давать им волю, владеть умениями правильно оценивать кризисные ситуации и решать возникшие проблемы спокойно и взвешенно.

Изучение курса "Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных ситуациях" направлено на освоение основных методов, способов и приемов саморегуляции негативных психических состояний, возникающих в кризисных и экстремальных ситуациях.

Ключевые слова: психическое состояние, рефлексия, саморегуляция, управление состоянием, кризисная ситуация, экстремальная ситуация, посттравматическое стрессовое расстройство, эмоциональное истощение.

Основные задачи курса:

- 1) формирование представления магистрантов об основных способах и приемах саморегуляции психических состояний в возникающих кризисных и экстремальных ситуациях
- 2) ознакомление с основными отечественными и зарубежными концепциями саморегуляции состояний и эмоций в кризисных ситуациях.
- 3) построение типологии экстремальных и критических ситуаций
- 4) информирование о способах оказания психологической помощи жертвам экстремальных ситуаций
- 5) активная профилактика экстремальных и критических ситуаций.
- 6) освоение методов психологической работы с последствиями экстремальных ситуаций.

2. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы высшего профессионального образования

Данная учебная дисциплина включена в раздел " Б1.В.ДВ.2 Дисциплины (модули)" основной образовательной программы 37.04.01 Психология и относится к дисциплинам по выбору.

Осваивается на 1 курсе, 2 семестр.

Дисциплина "Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных ситуациях" включена в вариативную часть магистерской программы подготовки магистров по профилю "Психология состояний человека" и относится к дисциплинам по выбору.(Б1.В.ДВ.2)

Дисциплина связана с такими курсами как "Общая психология", "Рефлексивная регуляция психических состояний", "Психология саморегуляции психических состояний". Для успешного освоения курса "Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных ситуациях" необходимо также владеть базовыми понятиями по курсам "Психология сознания", "Психическая травма. Посттравматические состояния" и "Психология ценностно-смысловой регуляции жизнедеятельности и состояний".

3. Компетенции обучающегося, формируемые в результате освоения дисциплины /модуля

В результате освоения дисциплины формируются следующие компетенции:

Шифр компетенции	Расшифровка приобретаемой компетенции
ОК-2 (общекультурные компетенции)	готовностью действовать в нестандартных ситуациях, нести социальную и этическую ответственность за принятые решения
ОК-3 (общекультурные компетенции)	готовностью к саморазвитию, самореализации, использованию творческого потенциала
ПК ? 6 (профессиональные компетенции)	готовностью к диагностике, экспертизе и коррекции психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека в норме и патологии с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к гендерной, этнической, профессиональной и другим социальным группам
ПК ?7 (профессиональные компетенции)	способностью создавать программы, направленные на предупреждение профессиональных рисков в различных видах деятельности, отклонений в социальном и личностном статусе и развитии человека
ПК-4 (профессиональные компетенции)	способностью анализировать базовые механизмы психических процессов, состояний и индивидуальных различий с учетом антропометрических, анатомических и физиологических параметров жизнедеятельности человека в фило-социо- и онтогенезе
ПК?11 (профессиональные компетенции)	готовностью к поиску оптимальных решений профессиональных задач с учетом современного психологического инструментария, отвечающего требованиям валидности, стоимости, информационной, социальной, экономической и этической безопасности

В результате освоения дисциплины студент:

1. должен знать:

1. базовые понятия курса,
2. основные теории и концепции саморегуляции состояний в кризисных ситуациях,
3. основные подходы к изучению состояний, проявляющихся в экстремальных ситуациях;

2. должен уметь:

1. применять на практике методы работы с состояниями, возникающими в кризисных ситуациях
2. быстро и точно диагностировать психические состояния, возникающие в экстремальной ситуации

3. должен владеть:

1. основными приемами профилактики негативных психических состояний, возникающих в кризисных ситуациях.
2. навыками оказания первой помощи в кризисных и экстремальных ситуациях.

4. должен демонстрировать способность и готовность:

Демонстрировать полученные знания в практической деятельности

4. Структура и содержание дисциплины/ модуля

Общая трудоемкость дисциплины составляет 2 зачетных(ые) единиц(ы) 72 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины зачет во 2 семестре.

Суммарно по дисциплине можно получить 100 баллов, из них текущая работа оценивается в 50 баллов, итоговая форма контроля - в 50 баллов. Минимальное количество для допуска к зачету 28 баллов.

86 баллов и более - "отлично" (отл.);

71-85 баллов - "хорошо" (хор.);

55-70 баллов - "удовлетворительно" (удов.);

54 балла и менее - "неудовлетворительно" (неуд.).

4.1 Структура и содержание аудиторной работы по дисциплине/ модулю

Тематический план дисциплины/модуля

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
1.	Тема 1. Тема 1. Понятие кризисной ситуации. Подходы к изучению.	2	1	2	0	0	устный опрос
2.	Тема 2. Тема2.Психические состояния человека в кризисных и экстремальных ситуациях.	2	2	2	0	0	устный опрос
3.	Тема 3. Тема 3. Преодоление личностью кризисныхситуаций: регуляция и саморегуляция поведения.	2	3-4	0	4	0	отчет
4.	Тема 4. Тема 4. Кризисные ситуации в жизни человека и психические состояния их сопровождающие. Шоковая травма.	2	5-6	0	4	0	презентация
5.	Тема 5. Тема 5. Суицидальное поведение. Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования.	2	7	0	2	0	отчет
6.	Тема 6. Тема 6. Переживание утраты. Синдром утраты.	2	8	0	2	0	устный опрос

N	Раздел Дисциплины/ Модуля	Семестр	Неделя семестра	Виды и часы аудиторной работы, их трудоемкость (в часах)			Текущие формы контроля
				Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	
	Тема . Итоговая форма контроля	2		0	0	0	зачет
	Итого			4	12	0	

4.2 Содержание дисциплины

Тема 1. Тема 1. Понятие кризисной ситуации. Подходы к изучению.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Подходы к пониманию кризисной ситуации: ситуационный (Д. Доллард, Н. Э. Миллер, Л. Колб, Р. К. Питман, Д. Б. Уотсон, К.Л. Халл); субъективистский (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер, К. Хорни, К. Роджерс); интеракционистский (Дж. Роттер, А. Бандура, А. Маслоу, В. Франкл, Ф. Е. Василюк). Классификации кризисных ситуаций. Типы кризисных ситуаций. Влияние кризисной ситуации на жизнедеятельность личности. Особенности экстренной психосоциальной помощи в кризисных ситуациях. Стихийное массовое поведение людей в кризисных ситуациях.

Тема 2. Тема2. Психические состояния человека в кризисных и экстремальных ситуациях.

лекционное занятие (2 часа(ов)):

Понятие психической адаптации, гомеостаза, компенсации функциональных резервов. Теории Ф. Б. Березина, Анохина, Судакова о психической адаптации как многомерной функциональной системе. Факторы, способствующие эффективной адаптации и влияющие на стрессоустойчивость. Факторы дезадаптации. Стратегии психической адаптации. Последствия стресса. Травматический стресс. Психологический стресс и психосоматические заболевания.

Тема 3. Тема 3. Преодоление личностью кризисных ситуаций: регуляция и саморегуляция поведения.

практическое занятие (4 часа(ов)):

Образования в структуре личности, позволяющие регулировать ее деятельность: представление о другом человеке (А.А. Бодалев), иерархическая структура диспозиций личности (В.Я. Ядов), устойчивость и направленность личности (Б.Ф. Ломов, Л.И. Божович), личностные смыслы (Л.С. Выготский, Б.В. Зейгарник, Ф.Е. Василюк). Развитие проблемы регуляции в рамках зарубежных психологических школ. Уровни регуляции по П. Жане. Психоаналитическое представление о регуляции (З.Фрейд, А. Адлер). Преодоление последствий кризисной ситуации в контексте изучения проблемы саморегуляции активности субъекта. Человек как система саморегуляции. Уровни саморегуляции: информационно-энергетический, эмоционально-волевой, мотивационный.

Тема 4. Тема 4. Кризисные ситуации в жизни человека и психические состояния их сопровождающие. Шоковая травма.

практическое занятие (4 часа(ов)):

Семейные кризисные ситуации: супружеская измена, развод, конфликт в семье. Способы разрешения семейных кризисных ситуаций. Профессиональное истощение, как кризисная жизненная ситуация: приемы преодоления. Экстремальная ситуация как острое стрессовое расстройство. Экстренная психологическая помощь в условиях экстремальной ситуации. Болезнь как кризисная ситуация. Эмоциональная реакция на болезнь. Понятие шоковой травмы, основные симптомы и принципы диагностики. Принципы работы с лицами, пережившими шоковую травму: работа с ядром? травмы; создание безопасного пространства; ориентация на телесные ресурсы. Схема работы с шоковой травмой: работа с актуальным состоянием; работа со страхами; ориентация на деятельность и общение; отвлечение. Техники работы с шоковой травмой.

Тема 5. Тема 5. Суицидальное поведение. Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Основные теоретические концепции суицида (психопатологическая, психологическая, социологическая). Типы личностного смысла суицида. Распознавание суицидальной опасности. Факторы суицидального риска: социально демографические, медицинские, биографические. Индикаторы суицидального поведения: ситуационные, поведенческие, коммуникативные, когнитивные, эмоциональные. ?Сдерживающие? факторы (ресурсы решения проблемы). Психология переживания людей, перенесших самоубийство близкого человека. Основные принципы работы по предотвращению суицида. Программа профилактики суицидального поведения, ее основные этапы и их характеристика.

Тема 6. Тема 6. Переживание утраты. Синдром утраты.

практическое занятие (2 часа(ов)):

Определения понятия горя, феноменология, динамика, модели горя: психодинамическая, горе как болезнь, горе как утрата привязанности, горе как утрата личной свободы, когнитивная, стрессовая, социобиологическая. Острое горе как синдром с психологической и соматической симптоматикой. Стадии развития синдрома острого горя. Возрастные особенности переживания горя. Потеря близкого человека, семейные кризисы и развод как утрата семьи. Уровни работы с горем. Основные принципы психологической работы при остром горе. Особенности консультирования клиента, пережившего утрату.

4.3 Структура и содержание самостоятельной работы дисциплины (модуля)

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
1.	Тема 1. Тема 1. Понятие кризисной ситуации. Подходы к изучению.	2	1	подготовка к устному опросу	8	устный опрос
2.	Тема 2. Тема2.Психические состояния человека в кризисных и экстремальных ситуациях.	2	2	подготовка к устному опросу	8	устный опрос
3.	Тема 3. Тема 3. Преодоление личностью кризисных ситуаций: регуляция и саморегуляция поведения.	2	3-4	подготовка к отчету	10	отчет
4.	Тема 4. Тема 4. Кризисные ситуации в жизни человека и психические состояния их сопровождающие. Шоковая травма.	2	5-6	подготовка к презентации	10	презентация

N	Раздел Дисциплины	Семестр	Неделя семестра	Виды самостоятельной работы студентов	Трудоемкость (в часах)	Формы контроля самостоятельной работы
5.	Тема 5. Тема 5. Суицидальное поведение. Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования.	2	7	подготовка к отчету	10	отчет
6.	Тема 6. Тема 6. Переживание утраты. Синдром утраты.	2	8	подготовка к устному опросу	10	устный опрос
	Итого				56	

5. Образовательные технологии, включая интерактивные формы обучения

При реализации программы дисциплины "Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных ситуациях" используются следующие образовательные технологии: практические упражнения по освоению базовых навыков саморегуляции психических состояний, элементы поведенческого тренинга, проблемные и творческие задания, мультимедиа презентации. В рамках освоения курса применяются также различные активные и интерактивные методы обучения.

На практических занятиях происходит отработка навыков работы с диагностическими методиками, контрольные опросы, дискуссии, обсуждение отчетов и домашних заданий. Активно обсуждаются техники регуляции состояний, возникающих в кризисных ситуациях. Самостоятельная работа магистрантов осуществляется под руководством преподавателя (консультации в написании итоговых отчетов и подготовке презентаций по темам). Преподавателем проводится организация индивидуальной работы магистрантов в классе Интернет-ресурсов Научной библиотеки КФУ, а также с тематическим библиотечным каталогом.

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

Тема 1. Тема 1. Понятие кризисной ситуации. Подходы к изучению.

устный опрос, примерные вопросы:

Подготовка к устному опросу по вопросам темы 1

Тема 2. Тема 2. Психические состояния человека в кризисных и экстремальных ситуациях.

устный опрос, примерные вопросы:

Подготовка к устному опросу по вопросам темы 2

Тема 3. Тема 3. Преодоление личностью кризисных ситуаций: регуляция и саморегуляция поведения.

отчет, примерные вопросы:

Подготовка отчета об изучении вопросов темы 3

Тема 4. Тема 4. Кризисные ситуации в жизни человека и психические состояния их сопровождающие. Шоковая травма.

презентация, примерные вопросы:

Подготовка и выступление с презентацией по вопросам темы 4

Тема 5. Тема 5. Суицидальное поведение. Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования.

отчет , примерные вопросы:

Подготовка отчета об изучении вопросов темы 5

Тема 6. Тема 6. Переживание утраты. Синдром утраты.

устный опрос , примерные вопросы:

Подготовка к устному опросу по вопросам темы 6

Тема . Итоговая форма контроля

Примерные вопросы к зачету:

Тема 1. Понятие кризисной ситуации. Подходы к изучению. Подготовка к устному опросу по темам:

1. Подходы к пониманию кризисной ситуации.
2. Классификация кризисных ситуаций.
3. Особенности психосоциальной помощи в кризисных ситуациях.

Тема 2. Психические состояния человека в кризисных и экстремальных ситуациях.

Подготовка презентации на тему: Психические состояния, возникающие в кризисных и экстремальных ситуациях.

Тема 3. Преодоление личностью кризисных ситуаций: регуляция и саморегуляция поведения.

Подготовка обзорного отчета по теме: Основные способы преодоления последствий кризисной ситуации и состояний, возникающих в них.

Тема 4. Кризисные ситуации в жизни человека и психические состояния их сопровождающие. Шоковая травма.

Подготовка к устному опросу по теме:

1. Принципы работы с лицами, пережившими шок и травму.
2. Этические нормы в работе психолога.
3. Способы преодоления шоковой травмы

Тема 5. Суицидальное поведение. Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования.

Обсуждение вопроса о факторах суицидального риска. Выдвигаются предложения по способам снижения суицидального риска.

Тема 6. Переживание утраты. Синдром утраты.

Подготовка к написанию контрольной работы по темам 4-6.

1. Кризисные ситуации в жизни человека.
2. Экстремальная ситуация как острое стрессовое расстройство.
3. Индикаторы суицидального поведения.
4. Стадии развития синдрома острого горя.
5. Особенности консультирования клиента, пережившего утрату.

Вопросы к зачету по дисциплине "Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных ситуациях":

1. Основные подходы к пониманию кризисной ситуации.
2. Классификации кризисных ситуаций.
3. Влияние кризисной ситуации на жизнедеятельность личности.
4. Особенности экстренной психосоциальной помощи в кризисных ситуациях.
5. Стихийное массовое поведение людей в кризисных ситуациях.
6. Понятие психической адаптации, гомеостаза, компенсации функциональных резервов.
7. Факторы, способствующие эффективной адаптации и влияющие на стрессоустойчивость.
8. Стратегии психической адаптации.

Журавлев А.Л., Крюкова Т.Л., Сергиенко Е.А. Совладающее поведение: современное состояния и перспективы - Изд-во "ИП РАН", Москва. - 2008. - 478 с.

http://www.bibliorossica.com/book.html?search_query=%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BC_1.pdf

3. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы, закономерности. - Изд-во "Пер СЭ", Москва. - 2005. - 351 с.

http://www.bibliorossica.com/book.html?search_query=%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BC_1.pdf

4. Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний - Изд-во "ИП РАН", Москва. - 2009. - 346

[c.http://www.bibliorossica.com/book.html?search_query=%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BC_1.pdf](http://www.bibliorossica.com/book.html?search_query=%D1%81%D0%BE%D1%81%D1%82%D0%BE%D0%BC_1.pdf)

5. Политова С.П. Кризисная ситуация как источник развития личности / С.П. Политова // Ученые записки Казанского университета. ? 2008 .? Т.150. Кн.3. Серия Гуманитарные науки / Казан. гос. ун-т; ? С.41-49.

7.3. Интернет-ресурсы:

Психологическая помощь в кризисных ситуациях - 2.

http://www.syntone.ru/library/books/content/3330.html?current_book_page=all

В. Г. Ромек, В. А. Конторович, Е. И. Крукович Психологическая помощь в кризисных ситуациях -

3. http://www.al24.ru/wp-content/uploads/2014/11/%D1%80%D0%BE%D0%BC_1.pdf

ЛИЧНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ И КРИЗИСНЫХ СИТУАЦИЯХ
ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ СБОРНИК НАУЧНЫХ СТАТЕЙ 2-ой МЕЖРЕГИОНАЛЬНОЙ
НАУЧНО-ПРАКТИЧЕСКОЙ КОНФЕРЕНЦИИ С МЕЖДУНАРОДНЫМ УЧАСТИЕМ -

<http://www.medpsy.ru/library/library204.php>

Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях -

http://www.koob.ru/malkina/psychological_help

память Шойгу Ю. С., Гуренкова Т.Н. ., Елисеева И. Н., Кузнецова Т. Ю., Макарова О. Л., Матафонова Т. Ю., Павлова М. В. Психология экстремальных ситуаций - 5.

http://bookap.info/praktik/psihologiya_ekstremalnyh_situatsiy/gl10.shtm

Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных - 4.

http://www.psi.mchs.gov.ru/upload/userfiles/file/books/psihologija_ekstremalnyh_situatsij.pdf

Теория и практика психологии кризисных ситуаций -

http://psyjournals.ru/psyandlaw/2011/n2/40903_full.shtml

Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций - 6.

<http://eknigi.org/psihologija/109660-psihologiya-yekstremalnyx-situacij.html>

8. Материально-техническое обеспечение дисциплины(модуля)

Освоение дисциплины "Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных ситуациях" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью более 60 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже Intel Core i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "БиблиоРоссика", доступ к которой предоставлен студентам. В ЭБС "БиблиоРоссика" представлены коллекции актуальной научной и учебной литературы по гуманитарным наукам, включающие в себя публикации ведущих российских издательств гуманитарной литературы, издания на английском языке ведущих американских и европейских издательств, а также редкие и малотиражные издания российских региональных вузов. ЭБС "БиблиоРоссика" обеспечивает широкий законный доступ к необходимым для образовательного процесса изданиям с использованием инновационных технологий и соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Освоение дисциплины "Саморегуляция психических состояний в кризисных и экстремальных состояниях" предполагает использование следующего материально-технического обеспечения:

Мультимедийная аудитория, вместимостью около 20-30 человек. Мультимедийная аудитория состоит из интегрированных инженерных систем с единой системой управления, оснащенная современными средствами воспроизведения и визуализации любой видео и аудио информации, получения и передачи электронных документов. Типовая комплектация мультимедийной аудитории состоит из: мультимедийного проектора, автоматизированного проекционного экрана, акустической системы, а также интерактивной трибуны преподавателя, включающей тач-скрин монитор с диагональю не менее 22 дюймов, персональный компьютер (с техническими характеристиками не ниже IntelCore i3-2100, DDR3 4096Mb, 500Gb), конференц-микрофон, беспроводной микрофон, блок управления оборудованием, интерфейсы подключения: USB, audio, HDMI. Интерактивная трибуна преподавателя является ключевым элементом управления, объединяющим все устройства в единую систему, и служит полноценным рабочим местом преподавателя. Преподаватель имеет возможность легко управлять всей системой, не отходя от трибуны, что позволяет проводить лекции, практические занятия, презентации, вебинары, конференции и другие виды аудиторной нагрузки обучающихся в удобной и доступной для них форме с применением современных интерактивных средств обучения, в том числе с использованием в процессе обучения всех корпоративных ресурсов. Мультимедийная аудитория также оснащена широкополосным доступом в сеть интернет. Компьютерное оборудование имеет соответствующее лицензионное программное обеспечение.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "БиблиоРоссика", доступ к которой предоставлен студентам. В ЭБС "БиблиоРоссика" представлены коллекции актуальной научной и учебной литературы по гуманитарным наукам, включающие в себя публикации ведущих российских издательств гуманитарной литературы, издания на английском языке ведущих американских и европейских издательств, а также редкие и малотиражные издания российских региональных вузов. ЭБС "БиблиоРоссика" обеспечивает широкий законный доступ к необходимым для образовательного процесса изданиям с использованием инновационных технологий и соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен студентам. ЭБС "ZNANIUM.COM" содержит произведения крупнейших российских учёных, руководителей государственных органов, преподавателей ведущих вузов страны, высококвалифицированных специалистов в различных сферах бизнеса. Фонд библиотеки сформирован с учетом всех изменений образовательных стандартов и включает учебники, учебные пособия, УМК, монографии, авторефераты, диссертации, энциклопедии, словари и справочники, законодательно-нормативные документы, специальные периодические издания и издания, выпускаемые издательствами вузов. В настоящее время ЭБС ZNANIUM.COM соответствует всем требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего профессионального образования (ФГОС ВПО) нового поколения.

Компьютерные мультимедийные проекторы в аудитории, где проводятся лекционные и семинарские занятия; ноутбук для презентации учебных видеоматериалов на практических и семинарских занятиях.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО и учебным планом по направлению 37.04.01 "Психология" и магистерской программе Психология состояний человека

Автор(ы):

Чернов А.В. _____

"__" _____ 201__ г.

Рецензент(ы):

Прохоров А.О. _____

"__" _____ 201__ г.