

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



УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по образовательной деятельности КФУ

 Е.А. Турилова

28 февраля 2025 г.

*подписано электронно-цифровой подписью*

## Программа дисциплины

Психология экстремальных ситуаций

Направление подготовки: 37.03.01 - Психология

Профиль подготовки: Психология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очно-заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

## Содержание

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО
2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий
  - 4.1. Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)
  - 4.2. Содержание дисциплины (модуля)
5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)
6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)
7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)
9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)
10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)
11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)
12. Средства адаптации преподавания дисциплины (модуля) к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья
13. Приложение №1. Фонд оценочных средств
14. Приложение №2. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)
15. Приложение №3. Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Программу дисциплины разработал(а)(и): доцент, к.н. Абитов И.Р. (кафедра клинической психологии и психологии личности, Институт психологии и образования), IRabitov@kpfu.ru

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения ОПОП ВО

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль), должен обладать следующими компетенциями:

| Шифр компетенции | Расшифровка приобретаемой компетенции  |
|------------------|--|
| ПК-6             | Способен использовать как стандартные, так и инновационные методы и технологии диагностики и изменения психических процессов, свойств и состояний человека для решения научных и практических задач  |
| УК-8             | Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе возникновения чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов |

Обучающийся, освоивший дисциплину (модуль):

Должен знать:

☐ основы дисциплин, формирующих профессиональную ответственность за принятие решений в нестандартных ситуациях.

☐ основы безопасности жизнедеятельности, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций, телефоны служб спасения.

☐ психологические факторы сохранения и улучшения психического и физического здоровья, клинико-психологические основы профилактики рисков нарушения здоровья, закономерности и методы формирования здорового образа жизни, а также личностного развития.

Должен уметь:

☐ принимать продуктивные решения в области избранных видов профессиональной деятельности в типичных и нестандартных ситуациях, строить отношения с окружающими людьми, с коллегами.

☐ оказать первую помощь в чрезвычайных ситуациях, создавать безопасные условия реализации профессиональной деятельности.

☐ осуществлять психологическое консультирование населения в целях профилактики, сохранения и улучшения психического и физического здоровья, формирования здорового образа жизни, а также личностного развития.

Должен владеть:

☐ практическим опытом принятия ответственных решений в нестандартных ситуациях в области избранных видов профессиональной деятельности

☐ практическим опытом самостоятельного психологического консультирования населения в целях профилактики, сохранения и улучшения психического и физического здоровья, формирования здорового образа жизни, а также личностного развития

Должен демонстрировать способность и готовность:

способностью и готовностью к составлению программ диагностического обследования и психокоррекционной (психотерапевтической) работы с последствиями экстремальных ситуаций.

## 2. Место дисциплины (модуля) в структуре ОПОП ВО

Данная дисциплина (модуль) включена в раздел "Б1.В.09 Дисциплины (модули)" основной профессиональной образовательной программы 37.03.01 "Психология (Психология)" и относится к части ОПОП ВО, формируемой участниками образовательных отношений.

Осваивается на 5 курсе в 9 семестре.

### 3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

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

Контактная работа - 59 часа(ов), в том числе лекции - 24 часа(ов), практические занятия - 34 часа(ов), лабораторные работы - 0 часа(ов), контроль самостоятельной работы - 1 часа(ов).

Самостоятельная работа - 13 часа(ов).

Контроль (зачёт / экзамен) - 0 часа(ов).

Форма промежуточного контроля дисциплины: зачет в 9 семестре.

### 4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

#### 4.1 Структура и тематический план контактной и самостоятельной работы по дисциплине (модулю)

| N   | Разделы дисциплины / модуля  | Се-местр | Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах) |                    |                              |                           |                             |                           | Само-стоя-тельная ра-бота |
|-----|--|----------|--|--------------------|------------------------------|---------------------------|-----------------------------|---------------------------|---------------------------|
|     |  |          | Лекции, всего  | Лекции в эл. форме | Практи-ческие занятия, всего | Практи-ческие в эл. форме | Лабора-торные работы, всего | Лабора-торные в эл. форме |                           |
| 1.  | Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций.  | 9        | 2  | 0                  | 0                            | 0                         | 0                           | 0                         | 5                         |
| 2.  | Тема 2. Нормальные и экстремальные ситуации в жизни человека.  | 9        | 2  | 0                  | 0                            | 0                         | 0                           | 0                         | 6                         |
| 3.  | Тема 3. Психические состояния людей в экстремальных ситуациях  | 9        | 2  | 0                  | 0                            | 0                         | 0                           | 0                         | 2                         |
| 4.  | Тема 4. Поведение людей в экстремальных ситуациях.   | 9        | 2  | 0                  | 0                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 5.  | Тема 5. Психологические механизмы адаптации к стрессовым ситуациям   | 9        | 2  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 6.  | Тема 6. Современные классификации кризисов   | 9        | 0  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         | 5                         |
| 7.  | Тема 7. Кризисы и конфликты  | 9        | 2  | 0                  | 0                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 8.  | Тема 8. Травматический стресс и его последствия  | 9        | 2  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 9.  | Тема 9. Особенности психологической диагностики ПТСР и методы, направленные на обнаружения в анамнезе испытуемого травматического события. | 9        | 2  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         | 5                         |
| 10. | Тема 10. Комплекс психометрических специализированных методик, направленных на измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР             | 9        | 2  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 11. | Тема 11. Особенности травматического стресса у детей и методы диагностики посттравматического стрессового расстройства у детей.            | 9        | 0  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 12. | Тема 12. Экстремальные ситуации в профессиональной деятельности.   | 9        | 0  | 0                  | 0                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 13. | Тема 13. Психологическое обеспечение лиц, работающих в экстремальных ситуациях.  | 9        | 0  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |
| 14. | Тема 14. Особенности психологического вмешательства в экстремальных ситуациях, при ОСП и ПТСР.   | 9        | 0  | 0                  | 2                            | 0                         | 0                           | 0                         |                           |

| N   | Разделы дисциплины / модуля                                    | Семестр | Виды и часы контактной работы, их трудоемкость (в часах) |                    |                             |                          |                            |                          | Самостоятельная работа |
|-----|--|---------|--|--------------------|-----------------------------|--------------------------|----------------------------|--------------------------|------------------------|
|     |  |         | Лекции, всего  | Лекции в эл. форме | Практические занятия, всего | Практические в эл. форме | Лабораторные работы, всего | Лабораторные в эл. форме |                        |
| 15. | Тема 15. Специфика работы психолога в экстремальных ситуациях. | 9       | 0  | 0                  | 2                           | 0                        | 0                          | 0                        | 12                     |
|     | Итого  |         | 18   | 0                  | 18                          | 0                        | 0                          | 0                        | 35                     |

#### 4.2 Содержание дисциплины (модуля)

##### Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций.

Предмет, задачи, область применения психологии экстремальных ситуаций. Определение основных понятий (?ситуация?, ?экстремальная ситуация?, ?оптимальные условия (обитания, деятельности)?, ?экстремальные условия? и др.) и их анализ в контексте жизненного пути личности. Экстремальные факторы, признаки экстремальных ситуаций. Объективный и субъективный аспекты экстремальной ситуации.

##### Тема 2. Нормальные и экстремальные ситуации в жизни человека.

Классификация Р. Бендлера и Дж. Гриндера: 5 уровней сложности ситуаций от ситуаций ?обыденной жизни? до ?ситуаций выживания?. Классификация ситуаций Г. Бернлера и Л. Юнссона, в основе которой ? степень отклонения в функционировании личности (от временного отклонения до ?слома?). Классификация экстремальных и чрезвычайных ситуаций. Интерпретация ситуаций личностью, субъектом. Рассмотрение примеров экстремальных и чрезвычайных ситуаций в жизни человека и в истории.

##### Тема 3. Психические состояния людей в экстремальных ситуациях

Психология стресса. Современные представления о стрессе, эустрессе, дистрессе, психологическом стрессе, травматическом стрессе. Типы стрессоров: повседневные сложности (микрострессоры), критические жизненные события (макрострессоры), травматические стрессоры, хронические стрессоры. Роль личности в формировании стресса. Стрессовые реакции.

##### Тема 4. Поведение людей в экстремальных ситуациях.

Формы поведения (пассивное, активное конструктивное, активное деструктивное. Эмоциональные реакции (тревога, страх, ужас) и их поведенческие последствия (паника, агрессия, апатия). Групповое и стихийное массовое поведение людей в экстремальных и чрезвычайных ситуациях. Психология толпы. Методы профилактики и преодоления страха и панических реакций.

##### Тема 5. Психологические механизмы адаптации к стрессовым ситуациям

Критерии адаптации. Стратегии совладания (копинг). Условия, снижающие защиту от стрессора (формирование иррациональных концептов). Признаки обыденной жизненной ситуации. Подходы понимания трудных жизненных ситуаций. Объективные и субъективные характеристики трудных жизненных ситуаций. Поведение человека в трудных жизненных ситуациях. Методы психологической защиты. Копинг-поведение. Адаптация личности к ситуации. Приспособление как стратегия адаптации

##### Тема 6. Современные классификации кризисов

История изучения кризисов. Виды кризисов. Причины возникновения кризисов: роль личностных и социальных факторов в генезе кризисных состояний. Концепции кризисов с точки зрения различных школ, направлений и теорий личности (психодинамическое, гуманистическое, когнитивное, бихевиоризм).ия "кризис", "кризисная ситуация" и "кризисное состояние" в отечественной и зарубежной психологии. Клиническая и психологическая теории кризиса и кризисного состояния. Понимание кризиса как "опасности" и "возможности". Пусковые механизмы кризиса. Интегральная концепция кризиса (В.В. Лукин-Григорьев, 1999; В.В. Козлов, 2003). Процесс психологического консультирования: основные этапы (Кораблина Е.П. и др., 2001; Меновщиков В.Ю., 2000; Таланов В.Л., Малкина-Пых И.Г., 2003). Оценка результативности психологического консультирования, "тревовпроса" для исследования изменений. Основные техники терапевтического вмешательства (Ягнюк К. В., 2000; Кораблина Е.П., 2001). Индивидуальный стиль психологического консультирования (Е. Nevis, 1990), блоки креативности консультанта (по Дж. Зинкер).

##### Тема 7. Кризисы и конфликты

Кризисы: межэтнические, межрелигиозные, семейные, личностные, профессиональные. Теории национальной идентичности. Кризис индивидуальной и коллективной идентичности. Кризисная интервенция как метод психологической помощи в кризисной ситуации. Модель кризисной эрозии. Цели и задачи кризисной интервенции. Объектом работы при кризисной интервенции. Основные этапы кризисной интервенции. Формы психологической помощи, используемые при работе с кризисными состояниями.

#### **Тема 8. Травматический стресс и его последствия**

Психология травматического стресса как составная часть области психологических знаний о стрессе. Методологические различия между исследованиями в области стресса и травматического стресса. Основные концепции психической травмы. Роль диссоциации в совладании с психической травмой. диагностики ПТСР по Международной классификации болезней (МКБ 10). Психодинамическая модель посттравматического стресса. Когнитивные концепции психической травмы. Соотношение последствий посттравматического стресса и психосоциальных условий.

#### **Тема 9. Особенности психологической диагностики ПТСР и методы, направленные на обнаружения в анамнезе испытуемого травматического события.**

Диагностические критерии ПТСР, установленные в DSM IV и МКБ-10. Двухфакторная теория возникновения посттравматического стрессовых расстройств. Теория патологических ассоциативных эмоциональных сетей. Мультифакторная концепция посттравматических стрессовых расстройств. Критерии посттравматического стрессового расстройства по DSM IV. Распространенность посттравматических расстройств среди населения.

#### **Тема 10. Комплекс психометрических специализированных методик, направленных на измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР**

?Шкала оценки влияния травматического события? ? ШОВТС (Impact of Event Scale-R ? IES-R), ?Миссисипская шкала? ? МШ (военный и гражданский варианты), Опросник перитравматической диссоциации? ? ОПД, ?Опросник травматического стресса? ? ОТС, ?Краткая шкала тревоги, депрессии и ПТСР?. Неспецифические методы диагностики ПТСР: ?Опросник выраженности психопатологической симптоматики? (Symptom Checklist ? SCL-90-R), ?Опросник депрессивности Бека? (Beck Depression Inventory ? BDI), ?Шкала диссоциации? ? ШД (Dissociative Experience Scale ? DES), Шкала тревоги Спилбергера.

#### **Тема 11. Особенности травматического стресса у детей и методы диагностики посттравматического стрессового расстройства у детей.**

Основные травмирующие факторы: стихийные бедствия и техногенные и антропогенные катастрофы, угроза жизни и смерть близкого человека. Психологические последствия насилия у детей. Особенности проявления ПТСР у детей. Полуструктурированное интервью для оценки травматических переживаний детей. Родительская анкета для оценки травматических переживаний детей

#### **Тема 12. Экстремальные ситуации в профессиональной деятельности.**

Профессии, связанные с экстремальными ситуациями. Мотивы выбора профессии, связанной с экстремальными ситуациями. Ситуации витальной угрозы: когнитивный, эмоциональный, поведенческий аспекты, принятие решения, переживание свершившейся ситуации риска. Восприятие экстремальной и чрезвычайной ситуации специалистами и пострадавшими. Эмоциональные и поведенческие реакции. Сравнительный анализ. Психологическая готовность специалистов к действиям в экстремальных ситуациях.

#### **Тема 13. Психологическое обеспечение лиц, работающих в экстремальных ситуациях.**

Особенности организации психологического обеспечения специалистов работающих в экстремальных ситуациях. Технология и методики профессионального психологического отбора. Факторы риска и ресурсы личности специалиста работающего в экстремальных условиях. Основные методы повышения психологической готовности и подготовленности к деятельности в экстремальных условиях. Признаки готовности человека к деятельности в экстремальных ситуациях. Ведущие психические и психофизиологические детерминанты психологической пригодности к деятельности в экстремальных ситуациях. Способы организации неотложной психологической помощи при деятельности в экстремальных ситуациях. Психологическая подготовка, как система обучающих, в том числе тренинговых, психологических воздействий с учетом условий, превращающих ситуацию в экстремальную.

Роль и место информационной, боевой и физической подготовки сотрудников экстремального профиля деятельности. Влияние материально-технического обеспечения на психологическую устойчивость сотрудников.

Основные методы психологической подготовки к действиям в экстремальных ситуациях.

#### **Тема 14. Особенности психологического вмешательства в экстремальных ситуациях, при ОСТ и ПТСР.**



Цели, задачи психотерапии пациентов с ПТСР. Последовательность целей и задач психотерапии в соответствии с фазами реакций пациента на травматическое событие. Особенности и основные трудности психотерапии ПТСР. Характерные особенности терапевтических отношений с пациентом, у которого имеется ПТСР. Стратегии поведения психологов и психотерапевтов. Превентивная психологическая стратегия психологического вмешательства при переживании травматических событий с целью профилактики постстрессовых состояний. Основные направления, формы, методы и техники психологической помощи при ПТСР.

### **Тема 15. Специфика работы психолога в экстремальных ситуациях.**

Требования к психологу, оказывающему помощь пострадавшим в экстремальных ситуациях. Этические аспекты в работе практического психолога с лицами, перенесшими травматический стресс. Работа с "травмой свидетеля" ? травмой, полученной в результате свидетельствования травматических событий. Понятие о вторичной травме. Профилактика эффекта психического "сгорания" психологов, работающих с травмированными пациентами.

### **5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

Самостоятельная работа обучающихся выполняется по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия. Самостоятельная работа подразделяется на самостоятельную работу на аудиторных занятиях и на внеаудиторную самостоятельную работу. Самостоятельная работа обучающихся включает как полностью самостоятельное освоение отдельных тем (разделов) дисциплины, так и проработку тем (разделов), осваиваемых во время аудиторной работы. Во время самостоятельной работы обучающиеся читают и конспектируют учебную, научную и справочную литературу, выполняют задания, направленные на закрепление знаний и отработку умений и навыков, готовятся к текущему и промежуточному контролю по дисциплине.

Организация самостоятельной работы обучающихся регламентируется нормативными документами, учебно-методической литературой и электронными образовательными ресурсами, включая:

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры (утвержден приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 6 апреля 2021 года №245)

Письмо Министерства образования Российской Федерации №14-55-99бин/15 от 27 ноября 2002 г. "Об активизации самостоятельной работы студентов высших учебных заведений"

Устав федерального государственного автономного образовательного учреждения "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Правила внутреннего распорядка федерального государственного автономного образовательного учреждения высшего профессионального образования "Казанский (Приволжский) федеральный университет"

Локальные нормативные акты Казанского (Приволжского) федерального университета

### **6. Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю)**

Фонд оценочных средств по дисциплине (модулю) включает оценочные материалы, направленные на проверку освоения компетенций, в том числе знаний, умений и навыков. Фонд оценочных средств включает оценочные средства текущего контроля и оценочные средства промежуточной аттестации.

В фонде оценочных средств содержится следующая информация:

- соответствие компетенций планируемым результатам обучения по дисциплине (модулю);
- критерии оценивания сформированности компетенций;
- механизм формирования оценки по дисциплине (модулю);
- описание порядка применения и процедуры оценивания для каждого оценочного средства;
- критерии оценивания для каждого оценочного средства;
- содержание оценочных средств, включая требования, предъявляемые к действиям обучающихся, демонстрируемым результатам, задания различных типов.

Фонд оценочных средств по дисциплине находится в Приложении 1 к программе дисциплины (модулю).

### **7. Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

Освоение дисциплины (модуля) предполагает изучение основной и дополнительной учебной литературы. Литература может быть доступна обучающимся в одном из двух вариантов (либо в обоих из них):

- в электронном виде - через электронные библиотечные системы на основании заключенных КФУ договоров с правообладателями;

- в печатном виде - в Научной библиотеке им. Н.И. Лобачевского. Обучающиеся получают учебную литературу на абонементе по читательским билетам в соответствии с правилами пользования Научной библиотекой.

Электронные издания доступны дистанционно из любой точки при введении обучающимся своего логина и пароля от личного кабинета в системе "Электронный университет". При использовании печатных изданий библиотечный фонд должен быть укомплектован ими из расчета не менее 0,5 экземпляра (для обучающихся по ФГОС 3++ - не менее 0,25 экземпляра) каждого из изданий основной литературы и не менее 0,25 экземпляра дополнительной литературы на каждого обучающегося из числа лиц, одновременно осваивающих данную дисциплину.

Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля), находится в Приложении 2 к рабочей программе дисциплины. Он подлежит обновлению при изменении условий договоров КФУ с правообладателями электронных изданий и при изменении комплектования фондов Научной библиотеки КФУ.

## 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Медицинская электронная библиотека - <http://meduniver.com/>

Научная электронная библиотека - <http://elibrary.ru/defaultx.asp>

Научный центр психического здоровья РАМН - <http://www.psychiatry.ru/>

Российская государственная библиотека - [www.rsl.ru](http://www.rsl.ru)

ЭБД РГБ - [www.diss.rsl.ru](http://www.diss.rsl.ru)

## 9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

| Вид работ              | Методические рекомендации   |
|------------------------|---|
| лекции                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>- самостоятельное изучение отдельных тем (вопросов) дисциплины (с использованием учебника, первоисточника, дополнительной литературы, статей);</li> <li>- подготовка тезисов, выписок;</li> <li>- конспектирование учебной и научной литературы;</li> <li>- составление таблиц и логических схем для систематизации учебного материала.</li> </ul>   |
| практические занятия   | <ul style="list-style-type: none"> <li>- графическое изображение структуры текста;</li> <li>- работа со словарями и справочниками;</li> <li>- работа с нормативными документами;</li> <li>- использование аудио- и видеозаписей, компьютерной техники и Интернет;</li> <li>-- работа с деловыми играми и тематическими дискуссиям конспектов лекций;</li> <li>- заучивание, запоминание, повторение, ответы на вопросы для самопроверки.</li> </ul>   |
| самостоятельная работа | <ul style="list-style-type: none"> <li>- поисково-аналитическая и практическая - аналитическая обработка текста (аннотирование, рецензирование, реферирование, контент-анализ, составление резюме и др.);</li> <li>- подготовка сообщений, докладов, выступлений на семинарских и практических занятиях;</li> <li>- поиск литературы и других информационных источников;</li> <li>- составление библиографии по заданной теме;</li> <li>- подготовка аналитических обзоров, справок;</li> </ul> |



| Вид работ | Методические рекомендации  |
|-----------|--|
| зачет     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Дать определение понятиям "кризис", "кризисное состояние", "кризисная ситуация", "экстремальная ситуация", "чрезвычайная ситуация".</li> <li>2. Дать определение понятию "экстремальная ситуация". Виды экстремальных ситуаций. Критерии различия между кризисными и экстремальными ситуациями.</li> <li>3. Дать определение понятиям: "ресурсы", "вредоносная среда", "среда дефицита ресурсов".</li> <li>4. Концепции кризисов с точки зрения различных школ, направлений и теорий личности (психодинамическое, гуманистическое, когнитивное, бихевиоризм).</li> <li>5. Психологические составляющие (проявления) личностного кризиса, стадии развития кризиса.</li> <li>6. Охарактеризовать роль личностных и социальных факторов в генезе кризисных состояний.</li> <li>7. Стресс и травматический стресс: дифференциация понятий. Психологические параметры травматического стресса.</li> <li>8. Механизмы психологической адаптации к стрессу. Психические реакции в условиях экстремальных и чрезвычайных ситуаций.</li> <li>9. Кризисы и конфликты: межэтнические, межрелигиозные, дать краткую характеристику. Описать особенности кризиса национальной идентичности.</li> <li>10. Описать закономерности и особенности поведения людей в толпе в условиях экстремальных ситуаций.</li> <li>11. Особенности профессиональных психологических кризисов у лиц, работающих в экстремальных условиях.</li> <li>12. Психологическая и физиологическая цена деятельности в экстремальных условиях.</li> <li>13. Психологические отличия деятельности в экстремальных и чрезвычайных условиях от нахождения в них.</li> <li>14. Организация системы психологического обеспечения деятельности лиц работающих в экстремальных условиях.</li> <li>15. Дать описание понятий "психологическая пригодность", "психологическая готовность", "психологическая подготовленность к деятельности в экстремальных условиях".</li> <li>16. Что такое ситуация? Какие подходы к анализу жизненной ситуации существуют в современной психологии?</li> <li>17. К каким стратегиям поведения прибегают люди, попав в экстремальную или трудную жизненную ситуацию? Какие внутренние факторы оказывают влияние на выбор стратегии?</li> <li>18. Разведите понятия "экстремальная ситуация" и "чрезвычайная ситуация".</li> <li>19. Каковы объективные и субъективные факторы, которые повышают степень уязвимости человека в экстремальной ситуации?</li> <li>20. Каковы параметры надежности деятельности специалиста в экстремальных условиях?</li> <li>21. Соотношение понятий стресс и травматический стресс, экстремальная ситуация и экстремальные условия, травматические ситуации (события) и чрезвычайные ситуации</li> <li>22. Диагностические критерии ПТСР</li> <li>23. В чем различие острого стрессового и посттравматического стрессового расстройства?</li> <li>24. Наиболее типичные психофизиологические и психические реакции, проявляющиеся в экстремальных ситуациях</li> <li>25. Этиологические теоретические модели ПТСР (психодинамическая, когнитивная и психосоциальная)</li> <li>26. Особенности проявления ПТСР у детей</li> <li>27. Специфика психодиагностики ПТСР</li> <li>28. Комплекс психодиагностического инструментария диагностики ПТСР: русскоязычные версии и отечественные методики</li> <li>29. Какие адаптированные и апробированные методики входят в комплекс психодиагностического инструментария диагностики ПТСР</li> <li>30. Цели, задачи психотерапии пациентов с ПТСР. Последовательность целей и задач психотерапии в соответствии с фазами реакций пациента на травматическое событие. Особенности и основные трудности психотерапии ПТСР.</li> <li>31. Превентивная психологическая стратегия психологического вмешательства при переживании травматических событий с целью профилактики постстрессовых состояний.</li> <li>32. Основные направления, формы, методы и техники психологической помощи при ПТСР.</li> </ol> |

#### 10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем, представлен в Приложении 3 к рабочей программе дисциплины (модуля).

### **11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)**

Материально-техническое обеспечение образовательного процесса по дисциплине (модулю) включает в себя следующие компоненты:

Помещения для самостоятельной работы обучающихся, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья) и оснащенные компьютерной техникой с возможностью подключения к сети "Интернет" и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду КФУ.

Учебные аудитории для контактной работы с преподавателем, укомплектованные специализированной мебелью (столы и стулья).

Компьютер и принтер для распечатки раздаточных материалов.

Мультимедийная аудитория.

### **12. Средства адаптации преподавания дисциплины к потребностям обучающихся инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья**

При необходимости в образовательном процессе применяются следующие методы и технологии, облегчающие восприятие информации обучающимися инвалидами и лицами с ограниченными возможностями здоровья:

- создание текстовой версии любого нетекстового контента для его возможного преобразования в альтернативные формы, удобные для различных пользователей;
- создание контента, который можно представить в различных видах без потери данных или структуры, предусмотреть возможность масштабирования текста и изображений без потери качества, предусмотреть доступность управления контентом с клавиатуры;
- создание возможностей для обучающихся воспринимать одну и ту же информацию из разных источников - например, так, чтобы лица с нарушениями слуха получали информацию визуально, с нарушениями зрения - аудиально;
- применение программных средств, обеспечивающих возможность освоения навыков и умений, формируемых дисциплиной, за счёт альтернативных способов, в том числе виртуальных лабораторий и симуляционных технологий;
- применение дистанционных образовательных технологий для передачи информации, организации различных форм интерактивной контактной работы обучающегося с преподавателем, в том числе вебинаров, которые могут быть использованы для проведения виртуальных лекций с возможностью взаимодействия всех участников дистанционного обучения, проведения семинаров, выступления с докладами и защиты выполненных работ, проведения тренингов, организации коллективной работы;
- применение дистанционных образовательных технологий для организации форм текущего и промежуточного контроля;
- увеличение продолжительности сдачи обучающимся инвалидом или лицом с ограниченными возможностями здоровья форм промежуточной аттестации по отношению к установленной продолжительности их сдачи:
- продолжительности сдачи зачёта или экзамена, проводимого в письменной форме, - не более чем на 90 минут;
- продолжительности подготовки обучающегося к ответу на зачёте или экзамене, проводимом в устной форме, - не более чем на 20 минут;
- продолжительности выступления обучающегося при защите курсовой работы - не более чем на 15 минут.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО и учебным планом по направлению 37.03.01 "Психология" и профилю подготовки "Психология".

*Приложение 2  
к рабочей программе дисциплины (модуля)  
Б1.В.09 Психология экстремальных ситуаций*

**Перечень литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)**

Направление подготовки: 37.03.01 - Психология

Профиль подготовки: Психология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очно-заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

**Основная литература:**

Психиатрия и медицинская психология [Электронный ресурс] : учебник / И. И. Иванец и др. - М. : ГЭОТАР-Медиа, 2014. - <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785970430798.html>

Тюльпин Ю.Г. Психические болезни с курсом наркологии: учебник. Тюльпин Ю.Г. 2012. - 488 с. // <http://www.studmedlib.ru/ru/book/ISBN9785970421581.html>

Ефимова Н. С. Основы психологической безопасности: Учебное пособие/ Н.С. Ефимова. - М.: ИД ФОРУМ, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 192 с. // <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=511722>

Фетискин Н.П. Психология воспитания стрессовоадаптирующего поведения: Учебное пособие/ Н.П.Фетискин - М.: Форум, НИЦ ИНФРА-М, 2015. - 240 с. // <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=508057>

Васильева, И. В. Организация психологических служб [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. В. Васильева. ? 2-е изд., стер. ? М. :ФЛИНТА, 2013. ? 144 с. // <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=462921>

Психология посттравматического стресса: Теория и практика [Электронный ресурс] / Тарабрина Н.В. - М.: Институт психологии РАН, 2009. - <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785927001439.html>

Психология стресса [Электронный ресурс] : учеб. пособие / Б.Р. Мандель - М. : ФЛИНТА, 2014. - <http://www.studmedlib.ru/book/ISBN9785976520059.html>

**Дополнительная литература:**

1. Вараева, Н. В. Программа профилактики эмоционального выгорания специалистов 'Работа в радость' [Электронный ресурс] / Н. В. Вараева. ? М. : ФЛИНТА, 2013. ? 53 с. - ISBN 978-5-9765-1708-0. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=462964>

2. Васильева, И. В. Организация психологических служб [Электронный ресурс] : учебное пособие / И. В. Васильева. ? 2-е изд., стер. ? М. :ФЛИНТА, 2013. ? 144 с. - ISBN 978-5-9765-1714-1 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=462921>

3. Основы психологического консультирования: Учебное пособие / О.О. Андронникова. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 415 с.: 60х90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-9558-0255-8, 1000 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=342107>

4. Общая психокоррекция: Учебное пособие / Б.Р. Мандель. - М.: Вузовский учебник: НИЦ ИНФРА-М, 2013. - 349 с.: 60х90 1/16. (переплет) ISBN 978-5-16-006387-4, 700 экз. <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=374949>

5. Старовойтов В.В. Современный психоанализ: интеграция субъект-объектного и субъект-субъектного подходов. - М., 2004. - 118 с. ISBN 5-9540-0003-4 <http://znanium.com/catalog.php?bookinfo=346451>

*Приложение 3  
к рабочей программе дисциплины (модуля)  
Б1.В.09 Психология экстремальных ситуаций*

**Перечень информационных технологий, используемых для освоения дисциплины (модуля), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем**

Направление подготовки: 37.03.01 - Психология

Профиль подготовки: Психология

Квалификация выпускника: бакалавр

Форма обучения: очно-заочное

Язык обучения: русский

Год начала обучения по образовательной программе: 2025

Освоение дисциплины (модуля) предполагает использование следующего программного обеспечения и информационно-справочных систем:

Операционная система Microsoft Windows 7 Профессиональная или Windows XP (Volume License)

Пакет офисного программного обеспечения Microsoft Office 365 или Microsoft Office Professional plus 2010

Браузер Mozilla Firefox

Браузер Google Chrome

Adobe Reader XI или Adobe Acrobat Reader DC

Kaspersky Endpoint Security для Windows

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "ZNANIUM.COM", доступ к которой предоставлен обучающимся. 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, учебно-методические комплексы, 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 образования (ФГОС ВО) нового поколения.

Учебно-методическая литература для данной дисциплины имеется в наличии в электронно-библиотечной системе "Консультант студента", доступ к которой предоставлен обучающимся. Многопрофильный образовательный ресурс "Консультант студента" является электронной библиотечной системой (ЭБС), предоставляющей доступ через сеть Интернет к учебной литературе и дополнительным материалам, приобретенным на основании прямых договоров с правообладателями. Полностью соответствует требованиям федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования к комплектованию библиотек, в том числе электронных, в части формирования фондов основной и дополнительной литературы.