

СОДЕРЖАНИЕ

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ	4
2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ	6
3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ.....	11
4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ	12

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.07 ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа дисциплины является частью программы подготовки специалистов среднего звена в соответствии с ФГОС по специальности СПО 20.02.04 Пожарная безопасность.

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в программах дополнительного профессионального образования по данному направлению подготовки специалистов.

1.2. Место дисциплины в структуре программы подготовки специалистов среднего звена:

Учебная дисциплина входит в профессиональный цикл и относится к общепрофессиональным дисциплинам.

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

В результате освоения дисциплины обучающийся должен обладать общими компетенциями, включающими в себя способность:

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, людьми, находящимися в зонах пожара.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

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

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

ПК 1.1. Организовывать несение службы и выезд по тревоге дежурного караула пожарной части.

ПК 1.2. Проводить подготовку личного состава к действиям по тушению пожаров.

ПК 1.3. Организовывать действия по тушению пожаров.

ПК 1.4. Организовывать проведение аварийно-спасательных работ.

ПК 2.1. Осуществлять проверки противопожарного состояния промышленных, сельскохозяйственных объектов, зданий и сооружений различного назначения.

ПК 2.2. Разрабатывать мероприятия, обеспечивающие пожарную безопасность зданий, сооружений, технологических установок и производств.

ПК 2.3. Проводить правоприменительную деятельность по пресечению нарушений требований пожарной безопасности при эксплуатации объектов, зданий и сооружений.

ПК 2.4. Проводить противопожарную пропаганду и обучать граждан, персонал объектов правилам пожарной безопасности.

ПК 3.1. Организовывать регламентное обслуживание пожарно-технического вооружения, аварийно-спасательного оборудования и техники.

ПК 3.2. Организовывать ремонт технических средств.

ПК 3.3. Организовывать консервацию и хранение технических и автотранспортных средств.

В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен **уметь**:
оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику;
оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;

вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;

учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи;

знать:

особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;

систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;

факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;

о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;

понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;

классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;

основные направления работы с различными группами пострадавших;

общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;

алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;

признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;

механизмы образования толпы;

принципы профилактики образования толпы;

основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;

алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;

влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;

принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение рабочей программы дисциплины:

- Максимальная учебная нагрузка обучающегося - **72 часов**, в том числе:

- Обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося - **48 часов**, включая:
теоретическое обучение - **32 часа**,

практические занятия - **16 часов**;

- Самостоятельная работа обучающегося – **24 часов**.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем дисциплины и виды учебной работы:

Вид учебной работы	Объем часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	72
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	48
в том числе:	
практические занятия	16
теоретические занятия	32
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	24
Промежуточная аттестация в форме дифференцированного зачета	

2.2. Тематический план и содержание рабочей программы дисциплины ОП.07 «Психология экстремальных ситуаций»

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные и практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения
1	2	3	4
Раздел 1. Психологическая подготовка к деятельности в экстремальных условиях			
Тема 1.1. Психологическая характеристика экстремальной ситуации	<p>Содержание учебного материала. Психологическая характеристика экстремальной ситуации. Введение в курс. Общая характеристика, предмет и задачи курса «Психология экстремальных ситуаций». Определение и понятия "экстремальной ситуации" и "чрезвычайной ситуации" (ЧС) Критерии различия между кризисными и экстремальными ситуациями. Динамика экстремальной ситуации и фазы ее развития. Субъекты экстремальных ситуаций Параметры, факторы и характеристики экстремальной ситуации</p>	2	2
Тема 1.2. Психологическое сопровождение профессиональной деятельности	<p>Самостоятельная работа обучающихся. Примерная тематика домашних заданий: 1. Аналитическая обработка примеров из материалов СМИ: 2. Влияние экстремальных ситуаций различного характера на человека.</p> <p>Содержание учебного материала. Психологическое сопровождение профессиональной деятельности. Технология и методики профессионального психологического отбора. Психологические требования, предъявляемые к пожарным и спасателям. Профессиональная пригодность. Ведущие психические и психофизиологические детерминанты психологической пригодности к деятельности в экстремальных ситуациях</p> <p>Практическое занятие. Экстремально-психологический тренинг на профессиональном восприятии, регуляции боевых психических состояний, благоприятных для работы в экстремальных условиях и моделировании фактора «неизвестности». Психологическая подготовка пожарных и спасателей с применением комбинированного воздействия факторов огня, задымления, высоты, химически опасных веществ в режиме имитации боевых условий.</p>	4	2
		2	2
		2	2

	<p>Самостоятельная работа обучающихся.</p> <p>Примерная тематика домашних заданий:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Анализ поведения пожарных, спасателей в экстремальных ситуациях (по материалам СМИ). 2. Понятие о ведущих психологических процессах в профессиональной деятельности пожарного и спасателя 3. Социальная значимость профессии спасателя и пожарного. 	4	
<p>Тема 1.3. Психологические механизмы профессиональных кризисов у лиц, работающих в экстремальных ситуациях</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Психологические механизмы профессиональных кризисов у лиц, работающих в экстремальных ситуациях. Определение стресса и стрессоустойчивости. Современная модель стресса. Этапы развития, виды стрессов, типы стрессоров. Причины, предпосылки, фазы развития стресса. Воздействие стресса на человека.</p> <p>Профессиональное здоровье. Профилактика профессиональных деформаций личности и синдрома профессионального выгорания пожарных и спасателей, система профилактики негативных последствий профессионального стресса: психологический дебрифинг, тренинг сензитивности, тренинг перцептивный, используемые в групповой работе. Обучение навыкам эффективной групповой коммуникации. Десенсибилизация.</p>	2	2
	<p>Самостоятельная работа обучающихся</p> <p>Примерная тематика домашних заданий:</p> <p>Выполнение творческих заданий:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Сущность и виды психологической поддержки. 2. Техники психологической поддержки в экстремальных условиях. 3. Профессиональное здоровье пожарного и спасателя. Приёмы рациональной организации труда и отдыха при проведении работ. 	4	
<p>Тема 1.4. Самопомощь при острых реакциях на стресс</p>	<p>Содержание учебного материала</p> <p>Самопомощь при острых реакциях на стресс. Способы саморегуляции психологического состояния во время стресса.</p>	2	2
	<p>Практическое занятие.</p> <p>Система приемов и методов саморегуляции:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Освоение приемов нервно-мышечная релаксация. Снижение мышечного напряжения, субъективного ощущения тревоги. 2. Дыхательная гимнастика. Освоение техники диафрагмального дыхания. 3. Визуализация и самовнушение. 	2	2
	<p>Практическое занятие. Система приемов и методов саморегуляции: приемы концентрации внимания. Аутогенная тренировка</p>	2	2

	Практическое задание. Решение ситуационных задач Самостоятельная работа обучающихся Примерная тематика домашних заданий: 1. Применение способов саморегуляции психологического состояния в ЧС.	2 4	
Раздел 2. Основы первой психологической помощи в экстремальных ситуациях			
Тема 2.1. Экстренная психологическая помощь пострадавшим	Содержание учебного материала.	2	2
	Экстренная психологическая помощь пострадавшим. Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи.	2	2
	Общие принципы общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях. Формы и методы общения с пострадавшими. Виды и компоненты (вербальное, невербальное, паравербальное) общения. Алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации.	2	2
	Алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации	2	2
	Экстренная психологическая помощь при бреде и галлюцинациях, страхе, плаче и истерике, апатии и ступоре, чувстве вины и стыда, двигательном возбуждении и нервной дрожи, агрессии	2	2
	Практическое задание. Решение ситуационных задач: формы и методы общения с пострадавшими в ЧС	2	2
Тема 2.2. Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях	Содержание учебного материала	2	2
	Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях. Психологическая характеристика толпы и ее виды. Этапы и механизмы формирования толпы.	2	2
	Особенности поведения людей в толпе. Дегиндивидуализация личности и факторы, влияющие на нее.	2	2
	Практическое задание. Методы управления поведением людей в толпе. Способы психологического воздействия на толпу. Приёмы противодействия слухам.	2	2
	Самостоятельная работа обучающихся Примерная тематика домашних заданий: Составление плана-конспекта:	4	
	1. Виды толпы и факторы, превращающие группу в паническую толпу. 2. Особенности поведения индивидов в толпе. 3. Правила поведения и меры личной безопасности в толпе.		
Раздел 3. Основы психологии управления		18	

Тема 3.1. Социально-психологические особенности коллектива	Содержание учебного материала Социально-психологические особенности коллектива. Понятие и психологические характеристики малых групп. Количественные и качественные признаки малой группы, социальная и психологическая общность. Виды, композиция, структура и функции группы. Практическое задание. Психологические механизмы развития малой группы: формирование, этапы развития	2	2
Тема 3.2. Психология конфликта и методы разрешения конфликтных ситуаций	Самостоятельная работа обучающихся. Примерная тематика домашних заданий: 1. Анализ социально-психологического климата и групповой сплоченности.	4	2
	Содержание учебного материала Психология конфликта и методы разрешения конфликтных ситуаций. Определение и классификация конфликтов. Структура, функции, динамика развития конфликтной ситуации.	2	2
	Возможности снижения агрессии в конфликтной ситуации.	2	2
	Способы регулирования и конструктивного завершения конфликтов.	2	2
Договые и ролевые игры. Управление коллективом в повседневной деятельности и экстремальных условиях.		2	2
Дифференцированный зачет		2	
Всего:		72	

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

- 1 - ознакомительный уровень (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
- 2 - репродуктивный уровень (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством);
- 3 - продуктивный уровень (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач).

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия кабинета Психологии.

Оборудование кабинета:

- рабочее место преподавателя;
- рабочие места обучающихся;
- учебно-методическое обеспечение (учебное пособие, рабочая тетрадь, методические указания для студентов, раздаточные материалы);
- классная доска.

Технические средства обучения:

- компьютер;
- средства мультимедиа (проектор, экран).

3.2. Информационное обеспечение обучения

Перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы

Основные источники:

1. Крюкова М.А., Никитина Г.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь: практ. пособие. – М.: ЭНАС, 2017. – 64 с.
2. Леонова А.Б., Кузнецова А.С. Психологические технологии управления состоянием человека. – М.: Смысл, 2019. – 311 с.
3. Падун М.А., Котельникова А.В. Психическая травма и картина мира: Теория, эмпирия, практика. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2019. – 206 с.
4. Пергаменщик Л.А., Пузыревич Н.Л. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Практикум: учеб.-метод. Пособие. – Минск: Изд-во Гревцова, 2017. – 340 с.
5. Смирнов Б.А., Долгополова Е.В. Психология деятельности в экстремальных ситуациях. – Харьков: Изд-во Гуманитарный центр, 2017. – 292 с.
6. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. – П.: Питер, 2019. – 272 с.

Интернет источники:

Интернет служба Экстренной психологической помощи МЧС России. [Электронный ресурс] — URL: <http://psi.mchs.gov.ru/>
Психологическая служба МЧС России. [Электронный ресурс] – URL: http://www.mchs.gov.ru/powers/?SECTION_ID=455
Psychology [Электронный ресурс] // ScienceDirect. – URL: <http://www.sciencedirect.com/science/browse/sub/psychology>
IPRbooks [Электронный ресурс]: Электронно-библиотечная система. – URL: iprbookshop.ru
Российская государственная библиотека. Электронная библиотека: Диссертации [Электронный ресурс]. – URL: <http://diss.rsl.ru>
<http://iprbookshop.ru/10915>
<http://iprbookshop.ru/7470>
<http://iprbookshop.ru/15604>
<http://iprbookshop.ru/8882>
<http://iprbookshop.ru/7387>
<http://iprbookshop.ru/17051>

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<p>В результате освоения учебной дисциплины обучающийся должен уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику; оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях; вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях; учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи; <p>знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях; систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях; о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях; понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи; классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях; основные направления работы с различными группами пострадавших; общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях; алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации; признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс; механизмы образования толпы; принципы профилактики образования толпы; основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы; алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной 	<p>Интерпретация результатов <i>Оценка результата выполнения практических заданий</i></p> <p><i>Экспертная оценка преподавателем рефератов</i></p> <p><i>Устный опрос</i></p> <p><i>Тестирование</i></p> <p><i>Оценка результата выполнения практических заданий</i></p> <p><i>Оценка результата выполнения практических заданий</i></p> <p><i>Оценка результата выполнения проверочной работы</i></p>

<p>попытке; влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях; принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.</p>	
---	--

Формы и методы контроля и оценки результатов обучения должны позволять проверять у обучающихся развитие общих и профессиональных компетенций и обеспечивающих их умений.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.	1. Демонстрация рационального выбора методов поиска, обработки и использования информации в процессе выполнения практических работ.	1. Анализ и экспертная оценка результатов самостоятельной работы
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы решения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.	1. Профессиональное использование полученных знаний в области решения профессиональных задач. Мотивированное обоснование выбора и применения методов и способов решения профессиональных задач при осуществлении профессиональной деятельности.	1. Оценка действий обучающихся в процессе освоения образовательной программы в ходе выполнения практических работ.
ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.	1. Компетентный анализ ситуации, определение алгоритма действий при решении стандартных и нестандартных профессиональных задач в области изучаемой специальности.	1. Анализ и экспертная оценка результатов самостоятельной работы
ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.	1. Демонстрация рационального выбора методов поиска, обработки и использования информации в процессе выполнения практических работ.	1. Анализ и экспертная оценка результатов выполнения практических работ
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.	1. Профессиональное использование полученных знаний, обработки и использования информации в области решения профессиональных задач.	1. Оценка действий обучающихся в процессе освоения образовательной программы в ходе выполнения практических работ.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, людьми, находящимися в зонах пожара.	Способность к коллективной работе, демонстрация навыков корректного общения с коллегами, людьми, находящимися в зонах пожара.	1. Наблюдение и оценка действий обучающихся по взаимодействию с коллегами.
ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчинённых), результат выполнения заданий.	Самоанализ и коррекция результатов собственной работы, коррекция деятельности участников группы, поиск компромиссных решений.	1. Наблюдение и оценка готовности брать на себя ответственность за работу членов команды, за результат выполнения заданий
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	Определение задач профессионального и личностного развития, составление оптимальной траектории самообразования и повышения квалификации	1. Оценка качественных достижений в профессиональной внеучебной деятельности обучающихся.
ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.	Изучение и анализ инноваций в области изучаемой специальности.	1. Оценка уровня ориентированности в современных технологиях профессиональной деятельности в ходе выполнения практических работ.

Результаты (освоенные общие компетенции)	Основные показатели оценки результата	Формы и методы контроля и оценки
ПК 1.1. Организовывать несение службы и выезд по тревоге дежурного караула пожарной части.	Демонстрация навыков грамотного, точного выполнения заданий	1 Анализ действий обучающихся при решении нестандартных задач и смоделированных ситуаций, в ходе деловой игры
ПК 1.2. Проводить подготовку личного состава к действиям по тушению пожаров.	Демонстрация навыков правильности определения цели и точности выполнения заданий	1 Устный опрос, тестирование 2 Анализ действий обучающихся при решении нестандартных задач и смоделированных ситуаций, в ходе деловой игры
ПК 1.3. Организовывать действия по тушению пожаров.	Демонстрация навыков правильности определения цели, точности выполнения заданий в зависимости от условий задачи	Оценка в рамках текущего контроля на практических занятиях.
ПК 1.4. Организовывать проведение аварийно-спасательных работ.	Демонстрация навыков правильности выполнения заданий в зависимости от условий задачи	Анализ действий обучающихся при решении нестандартных задач и смоделированных ситуаций, в ходе деловой игры

ПК 2.1. Осуществлять проверки противопожарного состояния промышленных, сельскохозяйственных объектов, зданий и сооружений различного назначения.	Определение перечня необходимых документов для выполнения заданий Демонстрация навыков правильного оформления выполненной работы	1 Текущий контроль в форме: защиты практических занятий; выполнения тестовых заданий, контрольных работ по темам
ПК 2.2. Разрабатывать мероприятия, обеспечивающие пожарную безопасность зданий, сооружений, технологических установок и производств.	Демонстрация навыков подготовки к выполнению заданий, проведения презентаций	Текущий контроль в форме выполнения тестовых заданий
ПК 2.3. Проводить правоприменительную деятельность по пресечению нарушений требований пожарной безопасности при эксплуатации объектов, зданий и сооружений.	Ведение контроля сроков исполнения заданий	Анализ результатов выполнения заданий в определённый срок
ПК 2.4. Проводить противопожарную пропаганду и обучать граждан, персонал объектов правилам пожарной безопасности.	Демонстрировать навыки коммуникативного общения при выполнении заданий	Наблюдение за деятельностью обучающего в процессе коммуникативного общения
ПК 3.1. Организовывать регламентное обслуживание пожарно-технического вооружения, аварийно-спасательного оборудования и техники.	Демонстрация навыков правильности определения цели, точности выполнения заданий в зависимости от условий задачи	Наблюдение за деятельностью обучающего в процессе теоретического и практического обучения
ПК 3.2. Организовывать ремонт технических средств.	Демонстрация навыков точного, обоснованного, правильного и полного выбора правил решения заданий	Текущий контроль в форме: опроса; защиты практических занятий, контрольных работ по темам
ПК 3.3. Организовывать консервацию и хранение технических и автотранспортных средств.	Демонстрация навыков правильного изложения изученного материала, пройденных правил.	Контроль в форме: опроса; защиты практических занятий, контрольных работ по темам