



**МИНИСТЕРСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ПО ДЕЛАМ ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ
И ЛИКВИДАЦИИ ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ**

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «СИБИРСКАЯ ПОЖАРНО-
СПАСАТЕЛЬНАЯ АКАДЕМИЯ» ГОСУДАРСТВЕННОЙ ПРОТИВОПОЖАРНОЙ
СЛУЖБЫ МИНИСТЕРСТВА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ПО ДЕЛАМ
ГРАЖДАНСКОЙ ОБОРОНЫ, ЧРЕЗВЫЧАЙНЫМ СИТУАЦИЯМ
И ЛИКВИДАЦИИ ПОСЛЕДСТВИЙ СТИХИЙНЫХ БЕДСТВИЙ»**

УТВЕРЖДАЮ

Заместитель начальника ФГБОУ ВО
Сибирская пожарно-спасательная академия
ГПС МЧС России по учебной работе
полковник внутренней службы

Д.В. Егоров

«26» мая 2022 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.01 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ
профессия 20.01.01 Пожарный
квалификация пожарный
форма обучения очная

Железногорск
2022

1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

ОП.01 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ»

1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина ОП.01 Основы психологии экстремальных ситуаций является обязательной частью цикла общепрофессиональных дисциплин основной образовательной программы в соответствии с ФГОС по профессии 20.01.01 Пожарный

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ПК 1.2, ПК 1.3.

1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

| Код ПК, ОК, ЛР | Умения | Знания |
|--|--|--|
| ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ПК 1.2, ПК 1.3 ЛР1-12 | <ul style="list-style-type: none"> -определять и устранять факторы риска при спасении людей; -оценивать состояние пострадавшего (по основным наблюдаемым симптомам (особенностям поведения) или путём опроса) и прогнозировать динамику; -непосредственно оказывать экстренную психологическую помощь и поддержку; -учитывать этнокультурные и индивидуальные особенности пострадавших; -координировать работы по оказанию помощи и непосредственно оказывать психологическую помощь с учётом состояния | <ul style="list-style-type: none"> -нормативные правовые акты, регламентирующие порядок выполнения работ по спасению людей, оказанию психологической помощи и поддержке; -порядок действий, методы и способы работы с пострадавшими; -психологические особенности поведения пострадавших и особенности общения с ними в разных сложных ситуациях; -особенности динамики психических состояний в экстремальных ситуациях; -требования личной безопасности; -профилактика негативных |

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

| Вид учебной работы | Объем в часах |
|---|---------------|
| Объем образовательной программы учебной дисциплины | 32 |
| В т. ч.: | |
| теоретическое обучение | 24 |
| практические занятия (<i>если предусмотрено</i>) | 8 |
| <i>Самостоятельная работа</i> | |
| Промежуточная аттестация | |

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

| Наименование разделов и тем | Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся | Объём в часах | Коды компетенций, формированию которых способствует элемент программы |
|---|--|---------------|---|
| Раздел 1. Основы психологии как науки. | | 6 | |
| Тема 1.1 Введение | Содержание учебного материала | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06 |
| | Психология как наука. Мозг и психика. Познавательные процессы. | | |
| | <i>Практическое занятие № 1.</i> Методы и приёмы развития познавательных процессов. Значение в профессиональной деятельности. | 2 | ПК 1.2, ПК 1.3 |
| Тема 1.2 Индивидуальнотипологические особенности личности | Содержание учебного материала | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06 |
| | Личность, свойства, структура. Характер. Темперамент. Волевые качества, влияние на поведение. Самоконтроль. | | |
| Раздел 2. Психологическая подготовка к деятельности в экстремальных ситуациях. | | 6 | |
| Тема 2.1 Типология ситуаций | Содержание учебного материала | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06 |
| | Психологические характеристики кризисных, чрезвычайных, экстремальных ситуаций. Стадии развития. Группы участников. Основы кризисной психологической помощи. | | |
| Тема 2.2 Психологическое сопровождение профессиональной деятельности. | Содержание учебного материала | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06 |
| | Психологический отбор. Психологическая подготовка, сопровождение, помощь, реабилитация. Профессиональные кризисы, работа над ними. Механизмы защиты. Профессиональное здоровье. Психогигиена. Саморегуляция. | | |
| | <i>Практическое занятие № 2.</i> Стрессоустойчивость. | 2 | ОК 01, ОК 03, ОК 04 |
| Раздел 3. Основы экстренной психологической помощи. | | 14 | |
| Тема 3.1 Основы психологической помощи. | Содержание учебного материала | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 03 ОК 4 |
| | Принципы и этические нормы оказания помощи. Острое стрессовое расстройство. Психотравма. Динамика состояний. Профилактика панических реакций. | | |

| | | | |
|--|--|-----------|-----------------------------------|
| Тема 3.2 Способы общения с пострадавшими. | Содержание учебного материала | 6 | ОК 01, ОК 02, |
| | Этапы общения. Основные элементы коммуникации. Барьеры непонимания. Основные техники экстренной помощи в различных психотравмирующих ситуациях (бред, апатия, ступор, агрессия, двигательное возбуждение, страх, нервная дрожь, плач, истерика, угроза для жизни (насилие), суицидальное поведение). | | |
| | <i>Практические занятия № 3, 4.</i> Способы общения с пострадавшими и действия сотрудников на месте экстремальной ситуации. Профилактика отсроченных реакций на травматический стресс. | | |
| Тема 3.3 Психология утраты | Содержание учебного материала | | |
| | Стадии переживания. Приёмы психологической поддержки умирающего. Синдром утраты. Стадии горевания. Приёмы психологической поддержки переживающих утрату. Переживание горя детьми. | | |
| Раздел 4. Межличностные отношения и взаимодействия. | | | |
| Тема 4.1. Личность и группа | Содержание учебного материала | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06 |
| | Типы взаимоотношений в группе. Морально-психологический климат. Сотрудничество и взаимопомощь. Самоанализ, самооценка, формирование уверенности в себе. | | |
| Тема 4.2. Конфликты. | Содержание учебного материала | 2 | ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06 |
| | Типология, классификация, функции конфликтов. Особенности эмоционального реагирования в конфликтах. Стратегии поведения в конфликтной ситуации. Способы предупреждения и разрешения. Внутриличностные конфликты. | | |
| Итоговое занятие. | | 2 | |
| Всего | | 32 | |

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

3.1. Информационное обеспечение реализации программы

3.1.1. Рекомендуемая литература

Основные источники:

1. Гуревич П.С. Психология чрезвычайных ситуаций: учебное пособие - М., 2015
2. Ениколопов С. Н., Ковтунович М. Г., Рожков Н. В. Психологическая подготовка спасателей: учебное пособие для спасателей-резервистов и студентов студенческих спасательных отрядов / М. Г. Ковтунович - М., 2010
3. Заварзина О.В. Психология экстремальных ситуаций: учебник для среднего профессионального образования - М., 2021
4. Одинцова М.А. Психология экстремальных ситуаций: учебник и практикум для среднего профессионального образования - М., 2020
5. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных: учебное пособие /Ю.С. Шойгу - М, 2007

Дополнительные источники:

1. Белашева И.В. Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях: учебное пособие - Ставрополь, 2017
2. Ильин Е.П. Психология общения и межличностных отношений: учебное пособие - СПб. 2016
3. Каменская Е.Н. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации: учебно-методическое пособие - Ростов-на-Дону, 2017
4. Малкина-Пых И.Г. Психологическая помощь в кризисных ситуациях: справочник практического психолога- М., 2006
5. Тихонова Я.Г. Психологические особенности экстремальных ситуаций: учебнометодическое пособие - М., 2015

Электронные издания (электронные ресурсы)

Статьи - Психологическая служба - Интернет-служба экстренной психологической помощи (mchs.gov.ru)

Оказание экстренной психологической помощи - Деятельность -

Интернет-служба экстренной психологической помощи (mchs.gov.ru)

Видеоархив - Пресс-центр - Интернет-служба экстренной

психологической помощи

(mchs.gov.ru)

Фотоархив - Пресс-центр - Интернет-служба экстренной

психологической помощи

(mchs.gov.ru)

3.1.2. Перечень программного обеспечения, используемого при осуществлении образовательного процесса

1. Операционная система Calculate Linux Desktop (свободный лицензионный договор) или аналог.
2. Пакет офисных программ Libre Office (свободный лицензионный договор) или аналог.
3. Программа для просмотра электронных документов в формате PDF Adobe Reader.
4. Браузер Mozilla Firefox.
5. Архиватор 7zip.

3.1.3. Перечень информационно-справочных систем и баз данных

1. Центральная ведомственная электронная библиотека МЧС России – ELIB.MCHS.RU (ip-адрес: 10.46.0.45).
2. Электронная библиотечная система «Знаниум» (URL: www.znanium.com).
3. Электронные научные журналы и базы данных Сибирского федерального университета (URL: libproxy.bik.sfu-kras.ru).
4. Электронно-библиотечная система «ЮРАЙТ». Раздел «Легендарные Книги» (URL: www.biblio-online.ru).
5. Национальная электронная библиотека «НЭБ» (URL: <https://неб.рф>).
6. Информационная система «Единое окно» (URL: window.edu.ru).
7. Международный научно-образовательный сайт EqWorld (URL: eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm).
8. Электронная библиотека научных публикаций eLIBRARY.RU (URL: <https://elibrary.ru/>).
9. Информационно-правовая система «Консультант плюс» (URL: <http://www.consultant.ru/>).
10. Информационно-правовая система «Гарант» (URL: <https://www.garant.ru/>).
11. Электронная информационно-образовательная среда ФГБОУ ВО Сибирская пожарно-спасательная академия (URL: <https://sibpsa.ru/personal/personal.php>).

3.2. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Для материально-технического обеспечения дисциплины необходимы

учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, семинарского типа, текущего контроля и промежуточной аттестации. Помещение должно быть укомплектовано специализированной мебелью и техническими средствами обучения (компьютером, мультимедийным проектором, экраном), служащими для представления учебной информации большой аудитории.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду Академии.

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

| <i>Результаты обучения</i> | <i>Критерии оценки</i> | <i>Методы оценки</i> |
|---|---|---|
| <p><i>Знания:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -нормативных правовых актов, регламентирующих порядок выполнения работ по спасению людей, оказанию психологической помощи и поддержке; -порядок действий, методы и способы работы с пострадавшими; -психологические особенности поведения пострадавших и особенности общения с ними в разных сложных ситуациях; -особенности динамики психических состояний в экстремальных ситуациях; -требования личной безопасности; - профилактика негативных последствий профессионального стресса | <p>Понимание значимости профессиональной деятельности, демонстрация ответственности и интереса. Способность самостоятельно ставить и решать задачи в стандартных и сложных ситуациях, обобщать и оценивать результаты. Прогнозирование динамики развития ситуации, психологических реакций и состояний.</p> | <p>Оценка выполнения заданий, самостоятельной внеаудиторной работы. Тренинг. Тестирование. Опрос. Экспресс-диагностика. Решение ситуационных задач.</p> |
| <p><i>Умения:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> -совершенствовать профессиональную подготовку; -оценивать состояние пострадавшего (по основным наблюдаемым симптомам (особенностям поведения) или путём опроса) и прогнозировать динамику; -непосредственно оказывать экстренную психологическую | <p>Осознание необходимости профессионального и личностного развития, самообразования. Приёмы профилактики профессионального стресса. Использование различных приёмов и техник при оказании психологической поддержки в разных</p> | <p>Опрос. Собеседование. Экспресс-диагностика. Решение ситуационных задач. Наблюдение за выполнением психотехнических упражнений, корректировка.</p> |

| | | |
|--|--------------------------|--|
| помощь и поддержку; -учитывать этнокультурные и индивидуальные особенности пострадавших; -координировать работы по оказанию помощи и непосредственно оказывать психологическую помощь с учётом состояния | экстремальных ситуациях. | |
|--|--------------------------|--|

