

МИНОБРНАУКИ РОССИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
**«БЕЛГОРОДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ
ТЕХНОЛОГИЧЕСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ им. В.Г.ШУХОВА»**
(БГТУ им. В.Г. Шухова)

УТВЕРЖДАЮ
Директор ХТИ
проф. Ястребинский Р.Н.
« 18 » 2021 г.



РАБОЧАЯ ПРОГРАММА
дисциплины (модуля)

Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях

Направление подготовки:
20.03.01 Техносферная безопасность

Направленность программы:
Защита в чрезвычайных ситуациях

Квалификация
бакалавр

Форма обучения
очная

Институт химико-технологический
Кафедра защита в чрезвычайных ситуациях

Белгород – 2021

Рабочая программа составлена на основании требований:

- Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования – бакалавриат по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность, утвержденного приказом Министерства науки и высшего образования Российской Федерации от 25.05.2020 г. № 680.
- учебного плана, утвержденного ученым советом БГТУ им. В.Г. Шухова в 2021 году.

Составитель: преподаватель

(ученая степень и звание, подпись)

(М.А. Бондаренко)
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа обсуждена на заседании кафедры защита в чрезвычайных ситуациях

« 27 » 04 2021 г., протокол № 8

Заведующий кафедрой: канд. техн. наук, доц.
(ученая степень и звание, подпись)

(В.Н. Шульженко)
(инициалы, фамилия)

Рабочая программа одобрена методической комиссией химико-технологического института

« 15 » 05 2021 г., протокол № 9

Председатель: канд. техн. наук, доц.
(ученая степень и звание, подпись)

(Л.А. Порожнюк)
(инициалы, фамилия)

1. ПЛАНИРУЕМЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Код и наименование компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Наименование показателя оценивания результата обучения по дисциплине
ПК-1 Способен проводить поиск необходимой справочной информации и методических материалов по обеспечению безопасности в ЧС, осуществлять коммуникации с заявителями с помощью цифровых технологий	ПК-1.4 Осуществляет поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС.	Знания: – способы и методы поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС. Умения: – осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека; – использовать на практике приемы по оказанию первой психологической помощи. Навыки: – поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека; – владение навыками оказания первой психологической помощи пострадавшим.
ПК-4 Способен проводить опрос заявителей о происшествиях, классифицировать ЧС, определять необходимые экстренные оперативные службы для реагирования.	ПК-4.5 Проводит опрос заявителей о происшествиях, оказывает психологическую помощь заявителю в экстремальных и стрессовых ситуациях.	Знания: – теоретические основы проведения опросов о происшествиях; – теоретические основы оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях. Умения: – проводить опрос заявителей о происшествиях; – оказывать психологическую помощь в экстремальных и стрессовых ситуациях. Навыки: – владеть навыками по проведению опросов о происшествиях и оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

1. Компетенция ПК-1. Способен проводить поиск необходимой справочной информации и методических материалов по обеспечению безопасности в ЧС, осуществлять коммуникации с заявителями с помощью цифровых технологий.

Данная компетенция формируется следующими дисциплинами:

Стадия	Наименования дисциплины
1.	Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях
2.	Морально-психологическая подготовка спасателей
3.	Радиационная и химическая защита
4.	Организация защиты населения и территорий в чрезвычайных ситуациях
5.	Правовые основы гражданской защиты
6.	Основы гражданской защиты
7.	Организация связи и оповещения
8.	Медицина катастроф
9.	Медицинская подготовка
10.	Производственная преддипломная практика

2. Компетенция ПК-4. Способен проводить опрос заявителей о происшествиях, классифицировать ЧС, определять необходимые экстренные оперативные службы для реагирования.

Данная компетенция формируется следующими дисциплинами:

Стадия	Наименования дисциплины
1.	Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях
2.	Морально-психологическая подготовка спасателей
3.	Моделирование чрезвычайных ситуаций
4.	Чрезвычайные ситуации природного и техногенного характера
5.	Организация и ведение аварийно-спасательных работ
6.	Организация вызова экстренных оперативных служб
7.	Производственная преддипломная практика

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зач. единицы, 108 часов.

Дисциплина реализуется в рамках практической подготовки.

Форма промежуточной аттестации: зачет.

Вид учебной работы	Всего часов	Семестр № 5
Общая трудоемкость дисциплины, час	108	108
Контактная работа (аудиторные занятия), в т.ч.:	53	53
лекции	17	17
лабораторные	-	-
практические	34	34
групповые консультации в период теоретического обучения и промежуточной аттестации	2	2
Самостоятельная работа студентов, включая индивидуальные и групповые консультации, в том числе:	55	55
Курсовой проект	-	-
Курсовая работа	-	-
Расчетно-графическое задание	-	-
Индивидуальное домашнее задание	9	9
Самостоятельная работа на подготовку к аудиторным занятиям (лекции, практические занятия, лабораторные занятия)	46	46
Экзамен	-	-

4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1 Наименование тем, их содержание и объем Курс 3 Семестр 5

№ п/п	Наименование раздела (краткое содержание)	Объем на тематический раздел по видам учебной нагрузки, час			
		Лекции	Практические занятия	Лабораторные з занятия	Самостоятельная работа
1. Введение в дисциплину. Предмет и задачи дисциплины					
	Определение и предмет исследования экстремальной психологии. Экстремальная ситуация. Стресс в экстремальных условиях деятельности.	1	–	–	3
2. Психогенные факторы внешних условий деятельности					
	Физиологический стресс. Проявления физиологического стресса. Физические и химические факторы экстремальности условий деятельности. Стихийные бедствия и катастрофы как факторы экстремальности условий деятельности.	1	3	–	3
3. Информационные стресс-факторы и психогенные факторы, обусловленные характером деятельности					
	Операциональная напряженность. Дефицит времени. Совмещенная деятельность. Монотония, гипокинезия, режим ожидания. Информационный стресс. Перегрузка информацией.	1	3	–	3
4. Общая характеристика экстремальных состояний человека					
	Состояние адекватной мобилизации человека. Реакция тревоги. Поведенческие реакции людей в экстремальных ситуациях.	2	3	–	4
5. Специфические виды экстремальных состояний					
	Страх, аффект, фрустрация. Паника, измененные состояния сознания.	2	2	–	3
6. Готовность к деятельности в экстремальных условиях					
	Понятие психологической готовности к деятельности. Установка как направленная готовность человека к действию. Адаптационные возможности человека. Кризисные и дезадаптивные психические состояния. Динамика психогенных расстройств в опасных ситуациях.	1	3	–	4
7. Посттравматические стрессовые расстройства					
	Психическая травма. Острая стрессовая реакция. Степени тяжести острых стрессовых реакций	1	2	–	3
8. Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях					
	Общая характеристика экстренной психологической помощи при ОСР. Функции экстренной психологической помощи.	1	3	–	3

9. Техники экстренной психологической помощи					
	Преодоление апатии, ступора, двигательного возбуждения, агрессии, страха, нервной дрожи, плача, истерики, горя, бреда и галлюцинаций.	1	2	–	5
10. Психологический дебрифинг					
	Психологический дебрифинг: цели, задачи, общая характеристика. Этапность в проведении психологического дебрифинга.	1	2	–	3
11. Деструктивные влияния на личность специалиста, оказывающего кризисную помощь					
	Факторы риска для специалиста, оказывающего кризисную помощь. Показатели контрпереноса в терапии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Признаки и симптомы вторичной травмы.	1	3	–	4
12. Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях					
	Определение психологической поддержки. Виды психологической поддержки. Схема и факторы психологической поддержки деятельности. Психологическая поддержка в виде подсказки и подготовки принятия решения человеком в экстремальных условиях.	1	2	–	3
13. Совладающее поведение человека в стрессовых ситуациях					
	Общая характеристика совладающего поведения человека в стрессовых ситуациях. Преобразующие стратегии совладения. Управление тревогой и страхом.	2	3	–	2
14. Психогигиена и психопрофилактика стресса					
	Психопрофилактические мероприятия коллективного характера. Методы саморегуляции состояний.	1	3	–	3
	ВСЕГО	17	34	–	46

4.2. Содержание практических (семинарских) занятий

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Тема практического (семинарского) занятия	К-во часов	Самостоятельная работа на подготовку к аудиторным занятиям
семестр № 5				
1.	Психогенные факторы внешних условий деятельности.	Физиологический стресс. Проявления физиологического стресса.	1	1
		Физические и химические факторы экстремальности условий деятельности.	2	1
2.	Информационные стресс-факторы и психогенные факторы, обусловленные	Операциональная напряженность Дефицит времени. Совмещенная деятельность	1	1
		Монотония, гипокинезия, режим ожидания	1	1

	характером деятельности.	Информационный стресс. Перегрузка информацией	1	1
3.	Общая характеристика экстремальных состояний человека.	Состояние адекватной мобилизации человека	1	1
		Реакция тревоги	1	1
		Поведенческие реакции людей в экстремальных ситуациях	1	1
4.	Специфические виды экстремальных состояний	Страх, аффект, фрустрация	1	1
		Паника, измененные состояния сознания	1	1
5.	Готовность к деятельности экстремальных условиях	Понятие психологической готовности к деятельности. Установка как направленная готовность человека к действию. Адаптационные возможности человека.	2	1
		Кризисные и дезадаптивные психические состояния. Динамика психогенных расстройств в опасных ситуациях.	1	1
6.	Посттравматические стрессовые расстройства.	Психическая травма. Острая стрессовая реакция.	1	1
		Степени тяжести острых стрессовых реакций.	1	1
7.	Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях.	Общая характеристика экстренной психологической помощи при ОСР	1	1
		Функции экстренной психологической помощи	1	1
8.	Техники экстренной психологической помощи.	Преодоление апатии, ступора, двигательного возбуждения, агрессии, страха, нервной дрожи, плача, истерики, горя, бреда и галлюцинаций	2	1
9.	Психологический дебрифинг.	Психологический дебрифинг: цели, задачи, общая характеристика.	1	1
		Этапность в проведении психологического дебрифинга.	1	1
10.	Деструктивные влияния на личность специалиста, оказывающего кризисную помощь.	Факторы риска для специалиста, оказывающего кризисную помощь.	1	1
		Показатели контрпереноса в терапии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Признаки и симптомы вторичной травмы.	1	1
11.	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях.	Определение психологической поддержки. Виды психологической поддержки.	1	1
		Схема и факторы психологической поддержки деятельности.	1	1
		Психологическая поддержка в виде подсказки и подготовки принятия	1	1

		решения человеком в экстремальных условиях.		
12.	Совладающее поведение человека в стрессовых ситуациях	Общая характеристика совладающего поведения человека в стрессовых ситуациях	2	1
		Преобразующие стратегии совладения	1	1
		Управление тревогой и страхом	2	1
13.	Психогигиена и психопрофилактика стресса	Психопрофилактические мероприятия коллективного характера	1	1
		Методы саморегуляции состояний	1	1
ВСЕГО:			34	29

4.3. Содержание лабораторных занятий

Не предусмотрено учебным планом.

4.4. Содержание курсового проекта/работы

Не предусмотрено учебным планом.

4.5. Содержание расчетно-графического задания, индивидуальных домашних заданий

Учебным планом предусмотрено выполнение индивидуального домашнего задания. Перечень тематик ИДЗ:

1. Профессионально-психологические особенности действий спасателей в чрезвычайных ситуациях.
2. Психологические особенности поведения населения при чрезвычайных ситуациях.
3. Психологическая подготовка спасателей к действиям в чрезвычайных ситуациях.
4. Методы управления психическим состоянием спасателя при действиях в чрезвычайных ситуациях.
5. Основы саморегуляции и психологической реабилитации.
6. Методика выявления нервно-психической устойчивости человека.
7. Факторы психологической устойчивости личности.
8. Жизнестойкость личности как фактор психологической устойчивости.
9. Преодоление последствий пребывания в экстремальной ситуации.

Показатели и критерии оценки ИДЗ:

Показатели оценки	Критерии оценки	Баллы (max)
1. Новизна ИДЗ	- актуальность проблемы и темы; - новизна и самостоятельность в постановке проблемы, в формулировании нового аспекта выбранной для анализа проблемы; - наличие авторской позиции, самостоятельность суждений.	20
2. Степень	- соответствие плана теме ИДЗ;	30

раскрытия сущности проблемы	- соответствие содержания теме и плану ИДЗ; - полнота и глубина раскрытия основных понятий проблемы; - обоснованность способов и методов работы с материалом; - умение работать с литературой, систематизировать и структурировать материал; - умение обобщать, сопоставлять различные точки зрения по рассматриваемому вопросу, аргументировать основные положения и выводы.	
3. Обоснованность выбора источников	- круг, полнота использования литературных источников по проблеме; - привлечение новейших работ по проблеме (журнальные публикации, материалы сборников научных трудов и т.д.).	20
4. Соблюдение требований к оформлению	- правильное оформление ссылок на используемую литературу; - грамотность и культура изложения; - владение терминологией и понятийным аппаратом проблемы; - соблюдение требований к объему ИДЗ; - культура оформления: выделение абзацев.	20
5. Грамотность	- отсутствие орфографических и синтаксических ошибок, стилистических погрешностей; - отсутствие опечаток, сокращений слов, кроме общепринятых; - литературный стиль.	10

Шкалы оценок:

80 – 100 баллов – оценка «отлично»;

60 – 79 баллов – оценка «хорошо»;

30 – 59 баллов – оценка «удовлетворительно»;

0 – 29 баллов – оценка «неудовлетворительно».

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

5.1. Реализация компетенций

1 Компетенция ПК-1. Способен проводить поиск необходимой справочной информации и методических материалов по обеспечению безопасности в ЧС, осуществлять коммуникации с заявителями с помощью цифровых технологий.

Наименование индикатора достижения компетенции	Используемые средства оценивания
ПК-1.4. Осуществляет поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС.	Зачет, тестовый контроль, устный опрос

2 Компетенция ПК-4. Способен проводить опрос заявителей о происшествиях, классифицировать ЧС, определять необходимые экстренные оперативные службы для реагирования.

Наименование индикатора достижения компетенции	Используемые средства оценивания
ПК-4.5. Проводит опрос заявителей о происшествиях, оказывает психологическую помощь заявителю в экстремальных и стрессовых ситуациях.	Зачет, тестовый контроль, устный опрос

5.2. Типовые контрольные задания для промежуточной аттестации

5.2.1. Перечень контрольных вопросов для зачета

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание вопросов (типовых заданий)
1.	Введение в дисциплину. Предмет и задачи дисциплины. (ПК-1.4)	1.Определение и предмет исследования экстремальной психологии. 2.Экстремальная ситуация. 3.Стресс в экстремальных условиях деятельности.
2.	Психогенные факторы внешних условий деятельности (ПК-1.4)	1. Физиологический стресс. 2. Проявления физиологического стресса. 3. Физические и химические факторы экстремальности условий деятельности. 4. Стихийные бедствия и катастрофы как факторы экстремальности условий деятельности.
3.	Информационные стресс-факторы и психогенные факторы, обусловленные характером деятельности (ПК-1.4)	1. Операциональная напряженность 2. Дефицит времени. 3. Совмещенная деятельность 4. Монотония, гипокинезия, режим ожидания 5. Информационный стресс. 6. Перегрузка информацией.
4.	Общая характеристика экстремальных состояний человека	1. Состояние адекватной мобилизации человека 2. Реакция тревоги 3. Поведенческие реакции людей в экстремальных ситуациях
5.	Специфические виды экстремальных состояний (ПК-4.5)	1. Страх, аффект, фрустрация 2. Паника 3. Измененные состояния сознания
6.	Готовность к деятельности в экстремальных условиях (ПК-4.5)	1. Понятие психологической готовности к деятельности. 2. Установка как направленная готовность человека к действию. 3. Адаптационные возможности человека 4. Кризисные и дезадаптивные психические состояния 5. Динамика психогенных расстройств в опасных ситуациях.
7.	Посттравматические стрессовые расстройства (ПК-1.4)	1.Психическая травма. Острая стрессовая реакция. 2.Степени тяжести острых стрессовых реакций.

8.	Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях (ПК-1.4)	1.Общая характеристика экстренной психологической помощи при ОСР. 2.Функции экстренной психологической помощи
9.	Техники экстренной психологической помощи. (ПК-4.5)	1. Преодоление апатии, ступора, двигательного возбуждения, агрессии, страха. 2. Преодоление нервной дрожи, плача, истерики, горя, бреда и галлюцинаций
10.	Психологический дебрифинг. (ПК-4.5)	1. Психологический дебрифинг: цели, задачи, общая характеристика. 2. Этапность в проведении психологического дебрифинга
11.	Деструктивные влияния на личность специалиста, оказывающего кризисную помощь (ПК-1.4)	1. Факторы риска для специалиста, оказывающего кризисную помощь. 2. Показатели контрпереноса в терапии посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). 3. Признаки и симптомы вторичной травмы.
12.	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях (ПК-4.5)	1. Определение психологической поддержки. 2. Виды психологической поддержки. 3. Схема и факторы психологической поддержки деятельности. 4. Психологическая поддержка в виде подсказки и подготовки принятия решения человеком в экстремальных условиях
13.	Совладающее поведение человека в стрессовых ситуациях (ПК-4.5)	1. Общая характеристика совладающего поведения человека в стрессовых ситуациях. 2. Преобразующие стратегии совладения. 3. Управление тревогой и страхом.
14.	Психогигиена и психо-профилактика стресса (ПК-4.5)	1. Психопрофилактические мероприятия коллективного характера. 2. Методы саморегуляции состояний.

5.2.2. Перечень контрольных материалов для защиты курсового проекта/ курсовой работы

Не предусмотрено учебным планом.

5.3. Типовые контрольные задания (материалы) для текущего контроля в семестре

С целью текущего контроля и подготовки студентов к изучению новой темы вначале каждого практического занятия преподавателем проводится устный опрос по предыдущей теме дисциплины

№ п/п	Наименование раздела дисциплины	Содержание поросов (типовых заданий)
1.	Введение в дисциплину. Предмет и задачи дисциплины. (ПК-1.4)	1. Дайте определение экстремальной психологии 2. Что является предметом исследования экстремальной психологии 3. Понятие экстремальной ситуации 4. Дайте определение психологическому стрессу

2.	Психогенные факторы внешних условий деятельности (ПК-1.4)	1. Что такое физиологические стрессоры? 2. Какие факторы экстремальности условий деятельности вы знаете? 3. Как катастрофы и стихийные бедствия влияют на экстремальность условий деятельности? 4. Что относят к социальным катастрофам?
3.	Информационные стресс-факторы и психогенные факторы, обусловленные характером деятельности (ПК-1.4)	1. Как проявляется операциональная напряженность? 2. Назовите общие характеристики дефицита времени 3. Как совмещенная деятельность, монотония, гипокинезия и режим ожидания влияют на состояние человека? 4. Чем характеризуется информационный стресс?
4.	Общая характеристика экстремальных состояний человека	1. В чем заключается особенность адекватной реакции психики и организма человека на воздействие экстремальных факторов? 2. Назовите типы поведения людей в состоянии эмоционального напряжения в экстремальных условиях 3. Дайте определение понятию «тревога»
5.	Специфические виды экстремальных состояний (ПК-4.5)	1. Какие виды страха выделяют в зависимости от происхождения? 2. Признаки состояния аффекта 3. Дайте определение понятию «фрустрация» 4. Классификация панических состояний
6.	Готовность к деятельности в экстремальных условиях (ПК-4.5)	1. Характеристика состояния психологической готовности 2. Что такое психологическая адаптация? 3. Классификация психических реакций после психотравмирующих ситуаций
7.	Посттравматические стрессовые расстройства (ПК-1.4)	1. Дайте определение психологической травме 2. Назовите общие клинические проявления острой стрессовой реакции
8.	Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях (ПК-1.4)	1. Какая психологическая помощь оказывается людям в остром стрессовом состоянии? 2. Цель и задачи экстренной психологической помощи 3. Назовите правила первой помощи для спасателей, работающих в экстремальной ситуации
9.	Техники экстренной психологической помощи. (ПК-4.5)	1. Какие основные реакции (состояния) могут появляться у человека в экстремальной ситуации 2. Признаки и психологическая помощь преодоления состояния плача 3. Признаки и психологическая помощь преодоления состояния истерики 4. Признаки и психологическая помощь преодоления состояния нервной дрожи 5. Признаки и психологическая помощь преодоления состояния страха 6. Признаки и психологическая помощь преодоления состояния двигательного возбуждения 7. Признаки и психологическая помощь преодоления состояния агрессии 8. Признаки и психологическая помощь преодоления состояния ступора
10.	Психологический дебрифинг. (ПК-4.5)	1. Что такое психологический дебрифинг? 2. Назовите части и фазы проведения психологического

		дебрифинга
11.	Деструктивные влияния на личность специалиста, оказывающего кризисную помощь (ПК-1.4)	1. Что такое контрперенос? 2. Первичная и вторичные травмы специалистов, оказывающих кризисную помощь 3. Назовите симптомы вторичной травмы
12.	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях (ПК-4.5)	1. В чем заключается психологическая поддержка деятельности в экстремальных условиях 2. Назовите факторы психологической поддержки деятельности 3. Что представляет собой Система подготовки принятия решения
13.	Совладающее поведение человека в стрессовых ситуациях (ПК-4.5)	1. Что такое совладающее поведение (копинг) 2. Назовите три группы стратегии совладения 3. Вспомогательные приемы самосохранения в ситуациях трудностей и несчастий
14.	Психогигиена и психо-профилактика стресса (ПК-4.5)	1. Назовите наиболее распространенные и эффективные психопрофилактические мероприятия коллективного характера 2. Перечислите методы психологической саморегуляции

Тестирование проводится на практическом занятии. Обучающемуся предоставляется индивидуальный вариант теста по теме практического занятия, на выполнение которого дается 0,5 академического часа. Тест включает в себя 10-15 вопросов, с возможностью выбора.

Студент должен выбрать один или несколько вариантов ответов.

Примерные тестовые задания ПК-1.4:

1. При какой реакции на кризисную ситуацию применимы следующие приемы психологической помощи: «Поддерживать пострадавшего на рациональном, вербальном и телесном уровнях. Не оставлять пострадавшего одного. Использовать физический контакт с пострадавшим (взять за руку; положить свою руку на плечо или спину, погладить по голове). Использовать прием «активного слушания», периодически произнося «да/угу», кивать головой, т.е. подтверждать, что слушаете и сочувствуете. Не задавать вопросы и не давать советы»?

- а) агрессия;
- б) ступор;
- в) плач;
- г) истерика.

2. Внезапно начинающаяся, сразу после инцидента или спустя короткое время дрожь всего тела или отдельных его частей (человек не может удерживать в руках мелкие предметы, зажечь сигарету), является признаком:

- а) нервная дрожь;
- б) истерика;
- в) насилие;

г) двигательное возбуждение.

3. При каком психологическом состоянии допустимо и эффективно использовать следующий прием: совершить неожиданное действие - дать пощечину, облить водой, с грохотом уронить предмет, резко крикнуть на пострадавшего?

- а) агрессия;
- б) истерика;
- в) ступор;
- г) апатия.

4. Психологическое состояние страха характеризуется следующими признаками:

а) Сохраняется сознание, но почти невозможен контакт; чрезмерное возбуждение, множество движений, театральные позы; речь эмоционально насыщенная, быстрая; крики, рыдания.

б) Раздражение, недовольство, гнев (по любому, даже незначительному поводу); нанесение окружающим ударов руками или какими-либо предметами; словесное оскорбление, брань; мышечное напряжение; увеличение кровяного давления.

в) Безразличное отношение к окружающему, вялость, заторможенность, речь медленная, с большими паузами.

г) Напряжение мышц (особенно лицевых), сильное сердцебиение, учащенное поверхностное дыхание, сниженный контроль собственного поведения; побуждение к бегству, вызов оцепенения, агрессивное поведение; при этом человек плохо контролирует, что он делает и что происходит вокруг.

5. Удержание человека с помощью приема «захват» – находясь сзади и прижимая его к себе, изолируя от окружающих, применимо при:

- а) двигательном возбуждении;
- б) нервной дрожи;
- в) агрессии;
- г) плаче.

Примерные тестовые задания ПК-4.5:

6. При ступоре применяют приемы (выберите несколько вариантов):

а) Позволение «выпустить пар» (выговориться или проявить физическую активность); поручение работы, связанной с высокой физической нагрузкой; разряжение обстановки смешными комментариями или действиями.

б) Сгибания пострадавшему пальцев на обеих руках и прижатие их к основанию ладони.

в) Массаж кончиками большого и указательного пальцев точки, расположенные на лбу пострадавшего над глазами ровно по середине между линией роста волос и бровями.

г) Визуализация проблемы, найти образ, детально описать, попросить спроецировать его на воображаемый экран; вынесение образа вовне (в виде рисунка, фигуры из пластилина или глины).

7. Что не относится к признакам апатии?

- а) безразличное отношение ко всему окружающему;
- б) вялость и заторможенность;
- в) человек плачет или готов разрыдаться;
- г) медленная речь, с большими паузами.

8. К пострадавшему, который столкнулся с насилием, связанным с угрозой для жизни, нельзя (выберите несколько вариантов):

- а) давать общаться с людьми, которые пережили трагическую ситуацию;
- б) испытывать чувство жалости;
- в) обнимать пострадавшего, разговаривать с ним и поощрять отвлеченную деятельность;
- г) исполнять любое желание пострадавшего.

9. Что позволено делать при оказании психологической помощи человеку, который был подвержен сексуальному насилию?

- а) расспрашивать пострадавшего о подробностях происшедшего;
- б) с первых минут стараться установить с пострадавшим телесный контакт;
- в) побуждать говорить об эмоциях, связанных с событием, давать возможность проявлять чувства;
- г) стремиться к тому, чтобы пострадавший просто быстрее забыл о случившемся.

10. Что не рекомендовано делать при оказании психологической помощи человеку в состоянии нервной дрожи

- а) усиливать дрожь;
- б) брать пострадавшего за плечи, сильно и резко трясти в течение 10 – 15 секунд;
- в) обнимать или прижимать пострадавшего к себе, укрывать его, успокаивать, говорить, чтобы взял себя в руки;
- г) разговаривать с пострадавшим, объяснять причину своих действий по оказанию помощи.

5.4 Описание критериев оценивания компетенций и шкалы оценивания

При промежуточной аттестации в форме зачета используется следующая шкала оценивания: зачтено, не зачтено.

Критериями оценивания достижений показателей являются:

Наименование показателя оценивания результата обучения по дисциплине	Критерий оценивания
Знания	Знание способов и методов поиска информации по видам и

	характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС.
	Знание теоретических основ проведения опросов о происшествиях.
	Знание теоретических основ по оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.
Умения	Уметь осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.
	Уметь использовать на практике приемы по оказанию первой психологической помощи.
	Уметь проводить опрос заявителей о происшествиях.
	Уметь оказывать психологическую помощь в экстремальных и стрессовых ситуациях.
Навыки	Владеть навыками поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.
	Владеть навыками оказания первой психологической помощи пострадавшим.
	Владеть навыками по проведению опросов о происшествиях и оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.

Оценка преподавателем выставляется интегрально с учётом всех показателей и критериев оценивания.

Оценка сформированности компетенций по показателю Знания.

Критерий	Уровень освоения и оценка	
	Не зачтено	Зачтено
Знание способов и методов поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС.	Не знает способы и методы поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС.	Знает в полном объеме способы и методы поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека при решении задач по обеспечению безопасности в ЧС.
Знание теоретических основ проведения опросов о происшествиях.	Не знает теоретические основы проведения опросов о происшествиях.	Знает в полном объеме основы проведения опросов о происшествиях.
Знание теоретических основ по оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.	Не знает теоретических основ по оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.	Знает в полном объеме основы оказания психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.

Оценка сформированности компетенций по показателю Умения.

Критерий	Уровень освоения и оценка	
	Не зачтено	Зачтено
Уметь осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.	Не умеет осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.	Умеет осуществлять поиск информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.
Уметь использовать на практике	Не умеет использовать на практике приемы по	Умеет использовать на практике приемы по

приемы по оказанию первой психологической помощи.	оказанию первой психологической помощи.	оказанию первой психологической помощи.
Уметь проводить опрос заявителей о происшествиях.	Не умеет проводить опрос заявителей о происшествиях.	Умеет проводить опрос заявителей о происшествиях.
Уметь оказывать психологическую помощь в экстремальных и стрессовых ситуациях.	Не умеет оказывать психологическую помощь в экстремальных и стрессовых ситуациях.	Умеет оказывать психологическую помощь в экстремальных и стрессовых ситуациях.

Оценка сформированности компетенций по показателю Навыки.

Критерий	Уровень освоения и оценка	
	Не зачтено	Зачтено
Владеть навыками поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.	Не владеет навыками поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.	В полной мере владеет навыками поиска информации по видам и характеристикам экстремальных состояний человека.
Владеть навыками оказания первой психологической помощи пострадавшим.	Не владеет навыками оказания первой психологической помощи пострадавшим и не может применять их на практике.	В полной мере владеет навыками оказания первой психологической помощи пострадавшим и может применять их на практике.
Владеть навыками по проведению опросов о происшествиях и оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.	Не владеет навыками по проведению опросов о происшествиях и оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.	В полной мере владеет навыками по проведению опросов о происшествиях и оказанию психологической помощи в экстремальных и стрессовых ситуациях.

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

6.1. Материально-техническое обеспечение

№	Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы	Оснащенность специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
1.	Учебная аудитории для проведения занятий лекционного и семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации	Аудитория оснащена меловой доской, специализированной мебелью, стационарным видеопроектором и экраном, стендами.
2.	Учебная аудитория для самостоятельной работы	Аудитория оснащена меловой доской, специализированной мебелью, стационарным видеопроектором и экраном, стендами. Самостоятельная работа студентов обеспечивается научной, учебной, учебно-методической литературой.
3.	Читальный зал библиотеки для самостоятельной работы	Специализированная мебель, компьютерная техника, подключенная к сети «Интернет» и имеющая доступ в электронную информационно-образовательную среду.

4.	Методический кабинет	Специализированная мебель, стационарный видеопроектор и экран, компьютеры стенды.
----	----------------------	---

6.2. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

№	Перечень лицензионного программного обеспечения.	Реквизиты подтверждающего документа
1	Microsoft Windows 10 Корпоративная	Соглашение Microsoft Open Value Subscription V6328633. Соглашение действительно с 02.10.2017 по 31.10.2023). Договор поставки ПО 0326100004117000038-0003147-01 от 06.10.2017
2	Microsoft Office Professional Plus 2016	Соглашение Microsoft Open Value Subscription V6328633. Соглашение действительно с 02.10.2017 по 31.10.2023
3	Kaspersky Endpoint Security «Стандартный Russian Edition»	Сублицензионный договор № 102 от 24.05.2018. Срок действия лицензии до 19.08.2020 Гражданско-правовой Договор (Контракт) № 27782 «Поставка продления права пользования (лицензии) Kaspersky Endpoint Security от 03.06.2020. Срок действия лицензии 19.08.2022г.
4	Google Chrome	Свободно распространяемое ПО согласно условиям лицензионного соглашения
5	Mozilla Firefox	Свободно распространяемое ПО согласно условиям лицензионного соглашения

6.3. Перечень учебных изданий и учебно-методических материалов

1. Овечкин А. Н. Психологическая подготовка специалистов нештатных аварийно-спасательных формирований : учеб. пособие для студентов бакалавриата 280700 - Техносфер. безопасность профиля "Защита в чрезвычай. ситуациях" / А.Н. Овечкин, В. Ю. Радоуцкий, Д. Е. Егоров. - Белгород: Изд-во БГТУ им. В. Г. Шухова, 2013. - 79 с.

2. Деркач А. А. Профессиональная деятельность в особых и экстремальных условиях (психолого-акмеологические основы) [Текст] / А. А. Деркач, В. Г. Зазыкин. – М.: РАГС, 2008. – 156 с.

3. Устойчивость функционирования объекта в чрезвычайных ситуациях мирного и военного времени : учеб. пособие / А. Н. Истомин, Ф. Ф. Головченко; ред. Б. П. Мартынов. - Москва: Военные знания, 2007. - 64 с.

4. Психологическая устойчивость человека в чрезвычайных ситуациях: учебное пособие / сост. Д. Р. Мерзлякова. – Ижевск: Изд-во «Удмуртский универси-тет», 2014. – 205 с.

6.4. Перечень интернет-ресурсов, профессиональных баз данных, информационно-справочных систем

1. <http://www.consultant.ru> – официальный сайт СПС «Консультант Плюс».
2. Электронно-библиотечная система. – <http://ntb.bstu.ru>
3. Электронно-библиотечная система «Университетская библиотека ONLINE» – <http://www.biblioclub.ru>

4. Электронно-библиотечная система IPRbooks. – <http://www.iprbookshop.ru>
5. Электронно-библиотечная система «Лань». – <https://e.lanbook.com>
6. Электронно-библиотечная система «Znaniium.com». – <https://znaniium.com>
7. Информационный сайт МЧС России - <http://www.mchs.gov.ru/>
8. Информационный сайт Всероссийского центра медицины катастроф «Защита» <http://www.vcmk.ru/>
9. Официальный сайт Психологической службы МЧС России. – <http://psi.mchs.gov.ru>

7. УТВЕРЖДЕНИЕ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ

Рабочая программа утверждена на 20__/20__ учебный год
без изменений / с изменениями, дополнениями

Протокол № ____ заседания кафедры от « ____ » _____ 20__ г.

Заведующий кафедрой _____ В.Н. Шульженко
подпись, ФИО

Директор института _____ Р.Н. Ястребинский
подпись, ФИО