

# ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНОЙ СИТУАЦИИ

## 1. Цель освоения дисциплины

Формирование у студентов целостного представления о психологических закономерностях функционирования психики человека в экстремальной ситуации.

## 2. Место дисциплины в структуре ОПОП

Дисциплина «Психология экстремальной ситуации» относится к вариативной части блока дисциплин и является дисциплиной по выбору.

Для освоения дисциплины «Психология экстремальной ситуации» обучающиеся используют знания, умения, способы деятельности и установки, сформированные в ходе изучения дисциплин «Безопасность жизнедеятельности», «Возрастная анатомия, физиология и гигиена», «Основы медицинских знаний и здорового образа жизни», «Мониторинг опасных процессов в техносфере», «Национальная безопасность с основами правового регулирования», «Опасные ситуации социального характера и защита от них», «Основы биотехнологии хранения и переработки продуктов», «Пожарная безопасность», «Продовольственная безопасность», «Психологические основы безопасности», «Системы гражданской защиты населения», «Теоретические основы безопасности жизнедеятельности», «Чрезвычайные ситуации природного характера и защита от них», «Чрезвычайные ситуации техногенного характера и защита от них», «Эргономические основы безопасности жизнедеятельности», прохождения практик «Педагогическая практика (воспитательная)», «Практика по получению первичных профессиональных умений и навыков».

Освоение данной дисциплины является необходимой основой для последующего изучения дисциплин «Дорожно-транспортная безопасность», «Криминальные опасности и защита от них», «Мониторинг опасных процессов в техносфере», «Ноксология и безопасность человека», «Обеспечение безопасности образовательного учреждения», «Потенциально-опасные технологии в сфере жизнедеятельности человека», «Психологические основы безопасности», «Теория риска», «Устойчивость функционирования объектов экономики», «Человек и ноосфера», «Человек и техносфера», «Эргономические основы безопасности жизнедеятельности», прохождения практики «Практика по получению профессиональных умений и опыта профессиональной деятельности».

## 3. Планируемые результаты обучения

В результате освоения дисциплины выпускник должен обладать следующими компетенциями:

- способностью использовать приемы оказания первой помощи, методы защиты в условиях чрезвычайных ситуаций (ОК-9);
- готовностью к обеспечению охраны жизни и здоровья обучающихся (ОПК-6).

**В результате изучения дисциплины обучающийся должен:**

### *знать*

- основы психологического обеспечения профессиональной деятельности;
- психологические закономерности поведения человека в различных ЭС;
- место психологии в системе мер по предупреждению негативных последствий экстремальной ситуации на эмоциональное и психологическое здоровье человека;
- место психологии в системе подготовки лиц, занятых в профессиях, связанных с деятельностью в ЭС;
- признаки эмоционального перенапряжения, травматического стресса; посттравматического синдрома;

### ***уметь***

- классифицировать экстремальные ситуации по психологическим критериям;
- использовать психодиагностические методы в изучении эмоциональных состояний человека;
- определять возможные источники и причины негативных эмоциональных состояний в экстремальной ситуации;
- оценивать пригодность методов саморегуляции для решения задач психологической поддержки в экстремальной ситуации;
- применять элементы методов непрофессиональной психологической поддержки человеку, пережившему экстремальную ситуацию;

### ***владеть***

- основными источниками информации о психологии экстремальной ситуации как прикладной научной дисциплине;
- психодиагностическими методами изучения личностных качеств и состояний человека в ЭС;
- основными категориями психологии экстремальной ситуации как прикладной научной дисциплины;
- основными методами саморегуляции эмоционального состояния;
- способами взаимодействия со специалистами в ситуациях, требующих оказания экстренной психологической помощи.

## **4. Общая трудоёмкость дисциплины и её распределение**

количество зачётных единиц – 4,

общая трудоёмкость дисциплины в часах – 144 ч. (в т. ч. аудиторных часов – 16 ч., СРС – 124 ч.),

распределение по семестрам – 4 курс, зима, 4 курс, лето,  
форма и место отчётности – зачёт (4 курс, лето).

## **5. Краткое содержание дисциплины**

Психология экстремальной ситуации как теоретическая и прикладная дисциплина.  
ПЭС как научная и практическая дисциплина.

Проблема критической ситуации в психологии.

Критическая ситуация как ситуация невозможности. Стресс, фрустрация, конфликт и кризис как основные психологические категории, описывающие ЭС.

Влияние экстремальной ситуации на поведение и личность.

Психические процессы и состояния в экстремальной ситуации.

Психологическая подготовка к деятельности в экстремальной ситуации.

Индивидуальные психологические особенности как фактор успешной деятельности в ЭС.

Проблемы психологической адаптации и реабилитации лиц, переживших экстремальную ситуацию.

Психогенные расстройства в экстремальной ситуации.

## **6. Разработчик**

Тихомиров Михаил Юрьевич, старший преподаватель кафедры психологии профессиональной деятельности ФГБОУ ВО "ВГСПУ".