

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего профессионального образования
«Ковровская государственная технологическая академия имени В.А. Дегтярева»

УТВЕРЖДАЮ
Декан факультета
Экономики и Менеджмента
Ульянов Г.В.
“ ” 201_г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
3.41.1. Экстремальная психология

Направление подготовки 030300 Психология

Квалификация (степень) выпускника бакалавр
(бакалавр)

Профиль подготовки бакалавра _____

Форма обучения очная
(очная, очно-заочная и др.)

Выпускающая кафедра Общей психологии и акмеологии

Кафедра-разработчик рабочей программы Общей психологии и акмеологии
(название)

Семестр	Трудоем- кость час.	Лек- ций, час.	Практич. занятий, час.	Лаборат. работ, час.	СРС, час.	Форма промежуточной аттестации (экз./зачет)
6	102	14	28	-	60	зачет
Итого	102	14	28	-	60	зачет

Ковров
20__г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Разделы рабочей программы

1. Цели освоения дисциплины
2. Место дисциплины в структуре ООП ВПО
3. Структура и содержание дисциплины
4. Формы контроля освоения дисциплины
5. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины
6. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Приложения к рабочей программе дисциплины

- Приложение 1. Аннотация рабочей программы
- Приложение 2. Технологии и формы преподавания
- Приложение 3. Технологии и формы обучения
- Приложение 4. Оценочные средства и методики их применения
- Приложение 5. Таблица планирования результатов обучения

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВПО по направлению подготовки 030300 Психология

Программу составил: к.пс.н. А.Ф.Федоров _____

Эксперт(ы):

Наумова Н.Н., доктор педагогических наук,
проректор по научной работе

Владимирского университета туризма и отдыха _____

Тимофеева И.Б., кандидат педагогических наук,

заведующие отделом общего образования

управления образования администрации г. Коврова _____

Программа рассмотрена на заседании кафедры общей психологии и акмеологии

Протокол № ___ от “___” _____ 201__ г.

Зав. кафедрой общей психологии и акмеологии

Егорова Т.В., кандидат педагогических наук, доцент _____

Программа одобрена на заседании УМК факультета Экономики и менеджмента

Председатель УМК факультета Экономики и менеджмента

Смольянинова Ю.В., кандидат экономических наук, доцент _____

Программа рассмотрена на заседании кафедры общей психологии и акмеологии

Протокол № ___ от “___” _____ 201__ г.

Зав. кафедрой общей психологии и акмеологии

Егорова Т.В., кандидат педагогических наук, доцент _____

Программа одобрена на заседании УМК факультета Экономики и менеджмента

Председатель УМК факультета Экономики и менеджмента

Смольянинова Ю.В., кандидат экономических наук, доцент _____

1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Целью освоения дисциплины является достижение следующих результатов образования (РО):

знания:

на уровне представлений: о психологии человека в экстремальных ситуациях, усвоить её содержание понятийного аппарата

на уровне воспроизведения: основных психологических концепций отечественных и зарубежных психологов, рассматривающих общие вопросы изучения и развития психологической составляющей экстремальных ситуаций.

на уровне понимания: процессов становления психики человека в структуре психических явлений психологии экстремальных ситуаций

умения:

теоретические: систематизировать и интегрировать современные теоретические методы психогигиены и реабилитации

практические навыки: применять практические рекомендации, чтобы повысить эффективность деятельности в условиях психологической профилактики стресса, психологической поддержки.

Перечисленные РО являются основой для формирования следующих компетенций: общекультурных:

ОК-6 - анализ деятельности и умение применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (для оптимизации) собственной деятельности и психического состояния;

ОК-7 – способствовать восприятию личности другого, эмпатии, установлению доверительного контакта и диалога, убеждению и поддержке людей;

ОК-8 – способствовать нахождению организационно-управленческих решений в нестандартных ситуациях и ответственности за них;

профессиональных:

ПК-1 – реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развития, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности;

ПК-5 – преподаванию психологии как общеобразовательной дисциплины в средних учебных заведениях;

ПК-20 - просветительская деятельность среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества) выпускника.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП ВПО

Дисциплина «Экстремальная психология» относится к циклу профессиональных дисциплин.

В таблице приведены предшествующие и последующие дисциплины, направленные на формирование компетенций, заявленных в разделе «Цели освоения дисциплины»:

№ п/п	Наименование компетенции	Предшествующие дисциплины	Последующие дисциплины (группы дисциплин)
<i>Общекультурные компетенции</i>			
	ОК-6	Общая психология Психология развития и возрастная психология Психология общения Психофизиология Психология стресса Психология социальной работы Психофизиология здоровья	Психология массового поведения Политическая психология
	ОК-7		
	ОК-8.		
<i>Профессиональные компетенции</i>			
	ПК-1	Основы психологического консультирования Социальная психология Психология девиантного поведения Военная психология Психология конфликта	Этнопсихология Дифференциальная психология
	ПК-5		
	ПК-20		

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единиц, 102 часа.

№ модуля образовательной программы	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Виды учебной нагрузки и их трудоемкость, часы				
			Лекции	Лабораторные работы	Практические работы	СРС	Всего часов
1	1	Предмет экстремальной психологии. Особые и экстремальные условия деятельности	1		6	9	16
	2	Факторы при экстремальных условиях деятельности	4		4	9	17
2	3	Экстремальное состояние человека. Готовность к деятельности в экстремальных условиях	4		6	9	19
	4	Толерантность к психологическому стрессу	1		4	9	14
	5	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях Психогигиена и психопрофилактика стресса	4		8	9	21
		Домашнее задание				10	10
		Зачет				5	5
ИТОГО:			14		28	60	102

3.1. Содержание (дидактика) дисциплины

Раздел 1 Предмет экстремальной психологии. Особые и экстремальные условия деятельности.

Дидактическая единица 1.1 Предмет экстремальной психологии. Взаимодействие с другими дисциплинами.

Дидактическая единица 1.2 Подходы к определению предмета экстремальной психологии

Дидактическая единица 1.3 Современные научные данные о поведении и деятельности людей в экстремальных условиях.

Раздел 2 Факторы при экстремальных условиях деятельности.

Дидактическая единица 2.1 Экстремальные факторы внешних условий деятельности.

Дидактическая единица 2.2 Психогенные факторы

Дидактическая единица 2.3 Влияние абиотических факторов на работоспособность и функциональное состояние человека.

Дидактическая единица 2.4 Защитная адаптация внешних условий деятельности.

Дидактическая единица 2.5 Некорректируемые факторы внешних условий деятельности.

Дидактическая единица 2.6 Операционная напряженность. Общие понятия.

Дидактическая единица 2.7 Два типа экстремальной ситуации.

Дидактическая единица 2.8 Психогенные факторы, обусловленные малой интенсивностью работы.

Дидактическая единица 2.9 Психогенные факторы, обусловленные чрезмерной интенсивностью деятельности.

Дидактическая единица 2.10 Общая характеристика профессионального (трудового) стресса. Факторы, приводящие к профессиональному стрессу.

Дидактическая единица 2.11 Виды профессионального стресса

Раздел 3 Экстремальное состояние человека. Готовность к деятельности в экстремальных условиях.

Дидактическая единица 3.1 Общие понятия. Типы реакций организма на экстремальные ситуации.

Дидактическая единица 3.2 Адекватная форма реакции. Реакция тревоги, ее виды. Три степени реакции тревоги.

Дидактическая единица 3.3 Формы реакции тревоги крайней степени

Дидактическая единица 3.4 Динамика экстремальных состояний. Специфические виды экстремальных состояний.

Дидактическая единица 3.5 Понятие психологической готовности.

Дидактическая единица 3.6 Психологические предпосылки наступления готовности.

Дидактическая единица 3.7 Динамическая структура психологической готовности. Готовность и установка. Готовность и адаптация. Факторы адаптации.

Дидактическая единица 3.8 Методы определения адаптационных возможностей человека. Этапы процесса адаптации.

Раздел 4 Толерантность к психологическому стрессу.

Дидактическая единица 4.1 Проблема толерантности в психологии.

Дидактическая единица 4.2 Механическая толерантность. Четыре подхода к пониманию эмоциональной устойчивости. Измерение защитных механизмов личности.

Дидактическая единица 4.3 Динамика защитных механизмов личности по З. Фрейду.

Дидактическая единица 4.4 Тест защитных механизмов доктора В. Крега. (ТЗМ).

Дидактическая единица 4.5 Оценка и измерение у человека способности к преодолению стресса (Опросник SACS). Концепция отсроченных реакций на травматический стресс.

Дидактическая единица 4.6 Типы травмирующих воздействий на психическую деятельность при экстремальных условиях.

Дидактическая единица 4.7 Общая характеристика синдрома посттравматических стрессовых нарушений.

Раздел 5 Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях. Психогигиена и психопрофилактика стресса.

Дидактическая единица 5.1 Сущность и виды психологической поддержки.

Дидактическая единица 5.2 Три аспекта психологической поддержки в соответствии с источником в соответствии с источником негативных субъективных переживаний.
 Дидактическая единица 5.3 Общая схема процесса психологической поддержки.
 Дидактическая единица 5.4 Факторы формирования состояний в процессе психологической поддержки.
 Дидактическая единица 5.5 Роль подсказки в процессе психологической поддержки.
 Дидактическая единица 5.6 Поддержка в принятии решений человеком в экстремальных условиях. Значение профилактических мероприятий в предупреждении стресса.
 Дидактическая единица 5.7 Психопрофилактические мероприятия коллективного характера.
 Дидактическая единица 5.8 Психопрофилактические мероприятия индивидуального характера.
 Дидактическая единица 5.9 Психологическая подготовка и тренировка.

3.2. Лекции

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, часов	Тема лекции
1	1	0,5	Предмет экстремальной психологии. Подходы к определению предмета экстремальной психологии. Задачи изучения дисциплины. Цели изучения предмета. Современные научные данные о поведении и деятельности людей в экстремальных условиях. Предмет экстремальной психологии. Взаимодействие с другими дисциплинами.
2	1	0,5	Особые и экстремальные условия деятельности Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях
3	2	2	Экстремальные факторы внешних условий деятельности. Психогенные факторы
4	2	2	Психогенные факторы информационного характера
5	3	2	Экстремальное состояние человека
6	3	2	Готовность к деятельности в экстремальных условиях.
7	4	1	Толерантность к психологическому стрессу
8	5	2	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях
9	5	2	Психогигиена и психопрофилактика стресса.
Итого:		14	

3.3. Практические занятия

№ п/п	Номер раздела дисциплины	Объем, часов	Тема практического занятия
1	1	2	Предмет экстремальной психологии. Взаимодействие с другими дисциплинами. Ознакомление с методикой опросника «Адаптивность» А. Маклакова и С. Чермянина. Диагностика адаптивных возможностей человека.
2	1	4	Особые и экстремальные условия деятельности Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях

			Ознакомление с методикой определения нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе «Прогноз» (Санкт-Петербургская военно-медицинская академия)
3	2	2	Экстремальные факторы внешних условий деятельности. Психогенные факторы.
4	2	2	Психогенные факторы информационного характера Ознакомление с методикой опросника на «выгорание» (МВИ), К. Маслач и С. Джексон.
5	3	4	Экстремальное состояние человека. Ознакомление с методикой измерения регидности.
6	3	2	Психогенные факторы информационного характера. Ознакомление с методикой измерения уровня тревожности Тейлора
7	4	4	Толерантность к психологическому стрессу Ознакомление с методикой Дж.Джексона. «Диагностика склонности к стрессам»
8	5	4	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях. Ознакомление с опросником Ольшанниковой-Рабинович
9	5	4	Психогигиена и психопрофилактика стресса. Ознакомление с методикой диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко
Итого:		28	

3.4. Лабораторные работы не предусмотрены учебным планом.

3.5. Самостоятельная работа студента

4. Раздел дисциплины	№ п/п	Вид СРС	Трудоемкость, часов
Раздел 1	1	Ознакомиться с лекцией «Общее представление об экстремальной психологии как науке»	2
	2	Составить план-конспект лекции	
	3	Ознакомиться с биографиями известных отечественных и зарубежных психологов	4
	4	Составить таблицу	
	5	Подготовить презентацию	
	6	Подготовить сообщение по теме семинарского занятия по выбору	3
Раздел 2	7	Изучить литературу: Андреев Н. В. , Свирская И. Б. Переговоры в «ситуации заложника»: характеристика мотивов личности и групп преступников: - лекция. – М., 1995.	1
	8	Подготовить краткое выступление на семинаре об одной из сфер экстремальной психологии (по выбору).	1
	9	Составить перечень психологических центров и профессиональных объединений психологов в России по экстремальной помощи.	2
	10	Провести аннотирование двух (по выбору) психологических	2

		периодических изданий.	
	11	Сформировать базу данных Интернет-ресурсов по экстремальной психологии (для психологов).	1
		Подготовка к тестированию по модулю.	2
Раздел 3	11	Изучить литературу: Амбрумова А.Г., Полев А.М. Неотложная психотерапевтическая помощь в суицидологической практике // Методические рекомендации. М.,1986.	5
	12	Составить план-конспект по литературе: Котенев И. О. Психологическая диагностика постстрессовых состояний: метод. пособие для практических психологов. - Пермь, 1998.	
	13	Провести сравнительный анализ систем подготовки психологов для экстремальных ситуаций в России и за рубежом	4
	14	Составить таблицу/схему «Система подготовки психолога в России (за рубежом)» (по выбору студента)	
Раздел 4	12	Изучить литературу: Амбрумова А.Г. Психология самоубийства // Медицинская помощь, 1994, №3. С. 15-19. Амбрумова А.Г., Полев А.М. Неотложная психотерапевтическая помощь в суицидологической практике // Методические рекомендации. М.,1986.	2
	13	Выделить профессионально важные качества личности психолога на основе изученной литературы. Подготовить аргументы к защите выделенных качеств.	2
	14	Составьте рекомендации психологу в случае экстремальной ситуации	1
	15	Подготовить конспект Подготовить краткое сообщение	1
	16	Определить основной круг понятий по экстремальной психологии.	1
	17	Изучить содержание этического кодекса психолога	1
	18	Составить конспект-схему	1
Раздел 5	19	Составить конспект-схему. Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях	7
		Подготовка к тестированию по модулю.	2
Подготовить и оформить домашнее задание по предложенной тематике (или по выбору)			10
Подготовка к зачету			5
Итого:			60

3.6. Домашнее задание.

Вариант №1.

1. Чрезвычайные ситуации. Психологическая травма. Необычное событие, способное вызвать тяжелый психологический стресс. Несчастные случаи и бедствия. Ураганы. Смерчи. Наводнения. Биологические аварийные ситуации. Ядерные аварии.
2. Посткультурная травма и ПТСР.
3. Реабилитация и помощь при наркотической зависимости.

4. Психология работы с наркозависимыми.
5. Аддиктивное поведение среди подростков.
6. Принципы оказания помощи наркопотребителям.
7. Психология зависимого поведения.
8. Профилактика и коррекция зависимого поведения.
9. Зависимое расстройство личности.
10. Психотерапевтические модели коррекции алкогольной зависимости.
11. Факторы происхождения ПТСР.
12. Психодинамические механизмы.
13. Шаговый подход в посттравматической терапии.
14. Нормализация реакции людей на катастрофу.
15. Тревога. Ослабление тревоги. Поощрение выражения тревоги.
16. Уменьшение аффективного напряжения.
17. Контроль за эмоциями.
18. Обучение навыкам самопомощи.
19. Умение справляться со стрессом.
20. Групповая агрессия несовершеннолетних. Социально – психологические основы профилактики правонарушений несовершеннолетних.
21. Криминальная субкультура как механизм воспроизводства групповой преступности несовершеннолетних
22. Психологические особенности женской преступности (алкоголизм, токсикомания, наркомания и преступность).
23. Психология горя.
24. Помощь детям-жертвам насилия
25. Насилие в семье.
26. Особенности психологической реабилитации после насилия
27. Психологическая помощь ребенку в кризисной ситуации
28. Паническое расстройство.
29. Суицид, как деструктивный способ выхода из кризиса.
30. Определение понятия суицид.
31. Поведение с намерением лишить себя жизни.
32. Тенденция совершения попыток суицида.
33. Проблема самоубийства.
34. Психологическая помощь в кризисных ситуациях
35. Психологическая помощь при стрессе.

Вариант № 2.

1. Мотивация суицидального поведения.
2. Психолого-психиатрические факторы суицидального риска.
3. Профилактика и психологическая коррекция суицидального поведения.
4. Методы диагностики суицидального поведения.
5. Стрессовые ситуации и суициды.
5. Подсознание террориста.
6. Анализ проявлений агрессии и жестокости.
7. Методы исследования психодинамики осужденного за террористическую деятельность.
8. Психологические основы исправительного воздействия на осужденных за террористические преступления.
9. Алкоголизм как деструктивный выход из кризиса.
10. Катастрофы и чрезвычайные ситуации.
11. Возрастные кризисы.
12. Терроризм – реальность нашего времени.
13. Семейные кризисы.

14. Болезнь как потеря здоровья.
15. Психологические последствия терроризма.
16. Тюремный кризис.
17. Потеря работы как профессиональный кризис.
18. Война как источник травм.
19. Насилие как причина психологических травм.
20. Терроризм у нашего порога.
21. Угроза террора для мирных жителей.
22. Террористы среди нас.
23. Психологическая тактика ведения переговоров при захвате заложников.
24. Психологическая помощь при стрессовых состояниях.
25. Схема вмешательства при кризисе. Элементы рациональной психотерапии.
26. Поведение с намерением лишить себя жизни.
27. Тенденция совершения попыток суицида.
28. Проблема самоубийства.

4.ФОРМЫ КОНТРОЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль освоения дисциплины производится в соответствии с Положениями:

- о системе рейтинг-контроля знаний студентов в ГОУ ВПО «КГТА им. В.А. Дегтярева»;
- об аттестации студентов ГОУ ВПО «КГТА им. В.А. Дегтярева».

Текущая аттестация студентов производится в дискретные временные интервалы в следующих формах:

- тестирование;
- письменные домашние задания;
- отдельно оцениваются личностные качества студента.

Рубежная аттестация предполагает модульные контрольные задания.

Промежуточная аттестация по дисциплине проходит в форме зачета.

Фонды оценочных средств, позволяющие оценить РО по данной дисциплине, а также критерии оценивания и таблица планирования результатов обучения включены в состав УМК дисциплины и приведены в Приложениях 4 и 5.

5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

а) Литература основная.

1. Брюдаль Л.Ф. Психические кризисы в новой перспективе. СПб, 1998.
2. Зотов М.В. Суицидальное поведение: механизмы развития, диагностика. Коррекция. – СПб.: Речь, 2006. -144 с.
3. Зайгарник Б.В. Патопсихология. М.: Изд-во МГУ, 2002.
4. Крукович Е.И., Ромек В.Г. Кризисное вмешательство: Учебно-методическое пособие. Минск, 2003.
5. Антонян Ю.М., Кудрявцев В.Н., Эминов В.Е. Личность преступника. СПб., 2004.
6. Марьин М.И. Касперович Ю.Г. Психологическое обеспечение антитеррористической деятельности : учеб. Пособие для студ. высш. учебн. заведений. – М. : Издательский центр «Академия», 2007. – 208 с.
7. Осипова А.А. Справочник психолога по работе в кризисных ситуациях, -Изд. 2-е. – Ростов н\Д : Феникс, 2006. – 315, с. – (Справочник).
8. Психология террористов и серийных убийц: Хрестоматия. –Мн., 2004.
9. Старшенбаум Г.В. Суицидология и кризисная психотерапия. – М.: «Когито-Центр», 2005. – 376 с. (Клиническая психология).
10. Шестопад Е.Б. Политическая психология : учебник. – М., 2002.
11. Крукович Е.И., Ромек В.Г. Кризисное вмешательство: Учебно-методическое пособие. Минск, 2003.

б).Литература дополнительная.

1. Андреев Н. В. , Свирская И. Б. Переговоры в «ситуации заложника»: характеристика мотивов личности и групп преступников: - лекция. – М., 1995.
2. Дикаев С.У. Терроризм: Феномен, обусловленность и меры противодействия (уголовно-правовое и криминологическое исследование): Автореф. дис. д. ю. н. – СПб., 2004.
3. Котенев И. О. Психологическая диагностика постстрессовых состояний: метод. пособие для практических психологов. - Пермь, 1998.
4. Амбрумова А.Г., Полев А.М. Неотложная психотерапевтическая помощь в суицидологической практике \\\ Методические рекомендации. М.,1986.
5. Амбрумова А.Г., Полев А.М. Телефонная психотерапевтическая помощь – Телефон Доверия в системе социально-психологической службы \\\ Методические рекомендации. М., 1988.
7. Котенев И. О. Психологическая диагностика постстрессовых состояний: метод. пособие для практических психологов. - Пермь, 1998.
8. Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2007. - 319 с.

Периодическая литература.

1. Амбрумова А.Г. Роль личности в проблеме суицида \\\ Актуальные проблемы суицидологии. М., 1981. С. 35-49.
2. Амбрумова А.Г. Психология самоубийства \\\ Медицинская помощь, 1994, №3. С. 15-19.
3. Денисов С.А. Уголовно- правовая характеристика терроризма \\\ Вестник МВД России. – 2001. - № 2- 3.
4. Дмитриев А.В. Слухи как объект социологического исследования \\\ Социологические исследования. – 1995. -№1.
5. Психологи о терроризме \\\ Психологический журнал. – 1995. - №4. – Т. 16.

6. Преступление и наказание // Пенитенциарный журнал. – 2007. - №10. – С.10 -11.

7. 8. Преступление и наказание // Пенитенциарный журнал. – 2007. - №10. – С.10

в) программное обеспечение, Интернет-ресурсы, электронные библиотечные системы:

1. Программа Psychometric Expert 7.
2. Программа Microsoft SpeechAP.
3. Официальные сайты факультетов психологии ведущих вузов.
4. www.ihtik.da.ru
5. www.Flogiston.ru
6. www.philosophy.nsc.ru;
7. info@elibrary.ru;
8. support@elibrary.ru;
9. clue@hotbox.ru (<http://rusnauka.narod.ru/>);
10. <http://www.auditorium.ru>;
11. <http://www2.public.ru>;
12. <http://pravoved.jurfak.spb>;
13. <http://www.law-and-politics.com>;
14. <http://www.arbt.ru/vestnik>;
15. <http://www.igpran.ru/index.htm>
16. <http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm>

6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Лекционные занятия:

- комплект электронных презентаций,
- аудитория, оснащенная презентационной техникой (проектор, экран, компьютер/ноутбук),

2. Практические, семинарские и лабораторные занятия:

- презентационная техника (проектор, экран, ноутбук),
- комплекты дидактических материалов.

Приложение 1
к рабочей программе дисциплины
«Экстремальная психология»

Аннотация рабочей программы

Дисциплина «Экстремальная психология» является частью профессионального цикла дисциплин подготовки студентов по направлению подготовки 030300 Психология. Дисциплина реализуется на факультете экономики и менеджмента кафедрой общей психологии и акмеологии.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с необходимой подготовкой студентов, если они будут иметь дело со сложными видами деятельности в экстремальных условиях.

Понятие «экстремальный» употребляется в случае, если речь идет не о нормальных, обычных условиях деятельности, а о существенно отличающихся от них обстоятельствах. В экстремальных условиях нарушается привычный режим труда и отдыха человека. Экстремальные ситуации опасны для жизни, но они неизбежны в нашей жизни, поэтому необходимо изучать особенности поведения человека и закономерности его деятельности в экстремальных условиях. Это позволит сделать практические выводы, касающиеся подготовки людей и организации их деятельности. Все это привело к созданию нового научного направления и новой дисциплины. Курс лекций направлен на изучение поведения людей в экстремальных условиях, вызванных стихийными бедствиями природного или техногенного характера. Основной целью изучения дисциплины является формирование у студентов понятий и положений о социальных и профессиональных функциях и действиях психолога, занимающегося изучением, диагностикой, формированием и регуляцией поведения и деятельности человека, находящегося в условиях воздействия особых и экстремальных факторов.

Дисциплина нацелена на формирование общекультурных компетенций (ОК-6 - анализ деятельности и умение применять методы эмоциональной и когнитивной регуляции (для оптимизации) собственной деятельности и психического состояния; ОК-7 – способствовать восприятию личности другого, эмпатии, установлению доверительного контакта и диалога, убеждению и поддержке людей; ОК-8 – способствовать нахождению организационно-управленческих решений в нестандартных ситуациях и ответственности за них) и профессиональных: ПК-1 – реализации стандартных программ, направленных на предупреждение отклонений в социальном и личностном статусе и развития, а также профессиональных рисков в различных видах деятельности; ПК-5 – преподаванию психологии как общеобразовательной дисциплины в средних учебных заведениях; ПК-20 - просветительская деятельность среди населения с целью повышения уровня психологической культуры общества) выпускника.

Содержание дисциплины охватывает круг вопросов, связанных с общим ориентированием в профессиональной деятельности психолога, в требованиях психологической деятельности к личностным качествам специалиста, а так же с формированием профессионального мировоззрения и представлений о себе в роли психолога.

Преподавание дисциплины предусматривает следующие формы организации учебного процесса: лекции, семинарские и практические занятия, самостоятельная работа студента.

Программой дисциплины предусмотрены следующие виды контроля: текущий, рубежный и промежуточный контроль (аттестация) в форме зачета.

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 3 зачетные единицы, 102 часа. Программой дисциплины предусмотрены лекционные (14 часов), семинарские (28 часов) занятия и (60 часов) самостоятельной работы студента.

ТЕХНОЛОГИИ И ФОРМЫ ПРЕПОДАВАНИЯ

Рекомендации по организации и технологиям обучения для преподавателя

I. Образовательные технологии

Преподавание дисциплины ведется с применением следующих видов образовательных технологий:

Информационные технологии: использование электронных образовательных ресурсов (электронный конспект, словари, энциклопедии) при подготовке к лекциям, практическим занятиям и для выполнения самостоятельной работы.

Проблемное обучение: предлагаются для самостоятельного изучения и анализа дополнительные материалы с целью поиска ответов на поставленные вопросы или для выполнения конкретных заданий по разделам 1, 2, 3, 5.

Контекстное обучение: выполнение конкретных профессиональных заданий, предполагающих проведение анализа поставленных по разделам 2, 3, 5.

Междисциплинарное обучение: использование знаний из разных областей, их группировка и концентрация в контексте исполняемых заданий для самостоятельной работы по разделам 1, 2, 3, 5.

Опережающая самостоятельная работа: изучение студентами нового материала до его изучения в ходе аудиторных занятий по разделам 1, 2, 3, 5.

II. Виды и содержание учебных занятий

Раздел 1. Предмет экстремальной психологии. Особые и экстремальные условия деятельности.

Теоретические занятия (лекции) – 1 час

Лекция 1. Предмет экстремальной психологии. Подходы к определению предмета экстремальной психологии. Задачи изучения дисциплины. Цели изучения предмета. Современные научные данные о поведении и деятельности людей в экстремальных условиях. Предмет экстремальной психологии. Взаимодействие с другими дисциплинами.

Тип лекции: лекция-дискуссия.

Структура: Подходы к определению предмета экстремальной психологии. Задачи изучения дисциплины. Цели изучения предмета. Современные научные данные о поведении и деятельности людей в экстремальных условиях.

Предмет экстремальной психологии. Взаимодействие с другими дисциплинами.

Лекция 2. Особые и экстремальные условия деятельности. Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях.

Тип лекции: лекция-дискуссия

Структура: Основные принципы разграничения особых и экстремальных условий. Методологические основы изучения деятельности в особых условиях. Методологические основы изучения деятельности в экстремальных условиях. Стресс. Общие понятия.

Практические и семинарские занятия – 6 часов.

Занятие 1. Предмет экстремальной психологии. Взаимодействие с другими дисциплинами.

Ознакомление с методикой опросника «Адаптивность» А. Маклакова и С. Чермянина.

Диагностика адаптивных возможностей человека.

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Цели изучения предмета.
2. Понятие экстремальной ситуации.
3. Современные научные данные о поведении и деятельности людей в экстремальных условиях - информационная лекция, с использованием компьютерных и технических.

Занятие 2. Особые и экстремальные условия деятельности.

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях.
2. Ознакомление с методикой определения нервно-психической устойчивости, риска дезадаптации в стрессе «Прогноз» (Санкт-Петербургская военно-медицинская академия)

Форма проведения: Просмотр учебного видеofilmа.

Управление самостоятельной работой студента – 9 часов.

Осуществляется посредством консультаций в процессе проверки домашнего задания.

Раздел 2. Факторы при экстремальных условиях деятельности

Теоретические занятия (лекции) – 4 часа.

Лекция 3. Экстремальные факторы внешних условий деятельности. Психогенные факторы.

Тип лекции: лекция-дискуссия.

Структура: Понятие физиологического эквивалента деятельности и физиологической адаптации. Влияние абиотических факторов на работоспособность и функциональное состояние человека. Защитная адаптация внешних условий деятельности. Некорректируемые факторы внешних условий деятельности.

Лекция 4. Психогенные факторы информационного характера.

Тип лекции: лекция-дискуссия.

Структура: Понятие об информационном и компьютерном и стрессе.

Практические и семинарские занятия - 4 часа.

Занятие 3. Экстремальные факторы внешних условий деятельности. Психогенные факторы.

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Операционная напряженность.
2. Общие понятия. Два типа экстремальной ситуации.
3. Психогенные факторы, обусловленные малой интенсивностью работы.
4. Психогенные факторы, обусловленные чрезмерной интенсивностью деятельности. Общая характеристика профессионального (трудового) стресса.
5. Факторы, приводящие к профессиональному стрессу.
6. Виды профессионального стресса в экстремальных условиях.
7. Переносимость экстремальных условий.

Занятие 4. Психогенные факторы информационного характера. Ознакомление с методикой опросника на «выгорание» (МВИ), К. Маслач и С. Джексон.

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Персонификация. Бегство в виртуальный мир.
2. «Компьютерная наркомания».
3. Дефицит и перегрузка информацией.
4. Нежелательные явления в деятельности человека при явлении перегрузки информации.

Управление самостоятельной работой студента –9 часов.

Осуществляется посредством консультаций в процессе проверки домашнего задания.

Раздел 3. Экстремальное состояние человека. Готовность к деятельности в экстремальных условиях.

Теоретические занятия (лекции) – 4 часа.

Лекция 5. Экстремальные состояния.

Тип лекции: лекция-дискуссия.

Структура: Общие понятия. Типы реакций организма на экстремальные ситуации. Адекватная форма реакции. Реакция тревоги, ее виды. Три степени реакции тревоги. Формы реакции тревоги крайней степени. Динамика экстремальных состояний.

Лекция 6. Готовность к деятельности в экстремальных условиях.

Тип лекции: лекция-дискуссия.

Структура: Теоретические аспекты изучения психологической готовности. Понятие психологической готовности. Психологические предпосылки наступления готовности. Динамическая структура психологической готовности.

Практические и семинарские занятия - 6 часов.

Занятие 5. Экстремальное состояние человека. Ознакомление с методикой измерения ригидности.

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Специфические виды экстремальных состояний.
2. Понятие определений – аффект, фрустрация, страх, паника, психологический кризис - информационная лекция, с использованием компьютерных и технических средств.

Занятие 6. Психогенные факторы информационного характера. Ознакомление с методикой измерения уровня тревожности Тейлора.

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

3. Готовность и установка.
4. Готовность и адаптация.
5. Факторы адаптации.
6. Методы определения адаптационных возможностей человека.
7. Этапы процесса адаптации.

Управление самостоятельной работой студента – 9 часов.

Осуществляется посредством консультаций в процессе проверки домашнего задания.

Раздел 4. Толерантность к психологическому стрессу.

Теоретические занятия (лекции) – 1 час.

Лекция 7. Толерантность к психологическому стрессу.

Тип лекции: лекция-дискуссия.

Структура: Проблема толерантности в психологии. Механическая толерантность. Четыре подхода к пониманию эмоциональной устойчивости. Измерение защитных механизмов личности. Динамика защитных механизмов личности по З. Фрейду. Тест защитных механизмов доктора В. Крега. (ТЗМ). Оценка и измерение у человека способности к преодолению стресса (Опросник SACS).

Практические и семинарские занятия - 4 часа.

Занятие 7. Толерантность к психологическому стрессу. Ознакомление с методикой Дж.Джексона. «Диагностика склонности к стрессам»

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Концепция отсроченных реакций на травматический стресс.
2. Типы травмирующих воздействий на психическую деятельность при экстремальных условиях.
3. Общая характеристика синдрома посттравматических стрессовых нарушений.

Управление самостоятельной работой студента – 9 часов.

Осуществляется посредством консультаций в процессе проверки домашнего задания.

**Раздел 5. Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях
Психогигиена и психопрофилактика стресса.**

Теоретические занятия (лекции) – 4 часа.

Лекция 8. Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях. .

Тип лекции: информативная лекция.

Структура: Сущность и виды психологической поддержки. Три аспекта психологической поддержки в соответствии с источником в соответствии с источником негативных субъективных переживаний.

Лекция 9. Психогигиена и психопрофилактика стресса.

Тип лекции: лекция-дискуссия.

Структура: Значение профилактических мероприятий в предупреждении стресса. Психопрофилактические мероприятия коллективного характера. Психопрофилактические мероприятия индивидуального характера. Психологическая подготовка и тренировка.

Практические и семинарские занятия - 8 часов.

Занятие 8. Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях.

Ознакомление с опросником Ольшанниковой-Рабинович

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Общая схема процесса психологической поддержки.
2. Факторы формирования состояний в процессе психологической поддержки.
3. Роль подсказки в процессе психологической поддержки.
4. Поддержка в принятии решений человеком в экстремальных условиях - информационная лекция, с использованием компьютерных и технических средств.

Занятие 9. Психогигиена и психопрофилактика стресса. Ознакомление с методикой диагностики уровня эмоционального выгорания В.В.Бойко.

Форма проведения занятий: заслушивание докладов студентов, развернутая беседа, упражнения на самостоятельность мышления, работа в группах.

Отрабатываемые вопросы.

1. Значение профилактических мероприятий в предупреждении стресса. Психопрофилактические мероприятия коллективного характера. Психопрофилактические мероприятия индивидуального характера.
2. Психологическая подготовка и тренировка.

Управление самостоятельной работой студента – 9 часов.

Осуществляется посредством консультаций в процессе проверки домашнего задания.

Подготовка и выполнение домашнего задания – 10 часов.

ТЕХНОЛОГИИ И ФОРМЫ ОБУЧЕНИЯ

Рекомендации по освоению дисциплины для студента

Трудоемкость освоения дисциплины составляет 102 часа, из них 42 часа аудиторных занятий и 60 часов, отведенных на самостоятельную работу студента.

Рекомендации по распределению учебного времени по видам самостоятельной работы и разделам дисциплины приведены в таблице.

Контроль освоения дисциплины осуществляется в соответствии с Положениями:

- о системе рейтинг-контроля знаний студентов в ГОУ ВПО «КГТА им. В.А. Дегтярева»;
- об аттестации студентов ГОУ ВПО «КГТА им. В.А. Дегтярева».

Формы контроля и критерии оценивания приведены в Приложениях 4 и 5 к рабочей программе.

Вид работы	Содержание (перечень вопросов)	Трудоемкость, час.	Рекомендации
Раздел 1. Предмет экстремальной психологии. Особые и экстремальные условия деятельности			
Изучить литературу по вопросам: Особые и экстремальные условия деятельности. Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях.	Ознакомиться с лекцией «Общее представление об экстремальной психологии как науке». Самостоятельное изучение вопросов. Основные принципы разграничения особых и экстремальных условий. Методологические основы изучения деятельности в особых условиях.	4	См.: Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm см. конспект лекций, список литературы

<p>Составить план-конспект лекции.</p> <p>Подготовить сообщение к семинару</p>	<p>Методологические основы изучения деятельности в экстремальных условиях. Стресс. Общие понятия. Ситуационный эксперимент и ситуационное моделирование. Закономерности деятельности в экстремальных условиях. Изменения в поведении и функциональном состоянии в экстремальных условиях. Переносимость экстремальных условий. Нервно-психическая неустойчивость. Психологическая концепция условий деятельности</p>	<p>5</p>	<p>См.: Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm см. конспект лекций, список литературы</p>
<p>Итого по разделу 1</p>		<p>9</p>	
<p>Раздел 2. Факторы при экстремальных условиях деятельности</p>			
<p>Подготовить выступление на семинаре.</p> <p>Экстремальные факторы внешних условий деятельности.</p> <p>Психогенные факторы.</p>	<p>Выступление об одной из сфер экстремальной психологии (по выбору). План выступления-презентации: Понятие физиологического эквивалента деятельности и физиологической адаптации. Влияние абиотических факторов на работоспособность и функциональное состояние человека. Защитная адаптация внешних условий деятельности. Некорректируемые факторы внешних условий деятельности. Операционная напряженность. Общие понятия. Два типа экстремальной ситуации. Психогенные факторы, обусловленные малой интенсивностью работы.</p>	<p>2</p>	<p>Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm см. конспект лекций, список литературы</p>

	Психогенные факторы, обусловленные чрезмерной интенсивностью деятельности. Общая характеристика профессионального (трудового) стресса. Факторы, приводящие к профессиональному стрессу. Виды профессионального стресса		
Составить перечень Психогенные факторы информационного характера. Аннотирование	<p>Составить перечень психологических центров и профессиональных объединений психологов в России по экстремальной помощи</p> <p>Провести аннотирование двух (по выбору) психологических периодических изданий на тему: Понятие об информационном и компьютерном стрессе. Персонализация. Бегство в виртуальный мир. «Компьютерная наркомания». Дефицит и перегрузка информацией. Нежелательные явления в деятельности человека при явлении перегрузки информации..Причины информационной перегрузки. Понятие сенсорного голода. Сенсорная депривация. Деятельность человека в условиях потока сигналов. Количественные методы оценки информационных потоков.</p> <p>Сформировать базу данных Интернет-ресурсов по экстремальной психологии (для психологов).</p> <p>1.Название сайта 2.Содержание сайта.</p>	5	<p>Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm.</p> <p>см. конспект лекций, список литературы</p>
Тестирование по модулю	Подготовка к тестированию по модулю	2	См.конспект лекций, список литературы
Итого по разделу 2		9	
Раздел 3. Экстремальное состояние человека. Готовность к деятельности в экстремальных условиях			
Проработать тему: Экстремальные	Изучить литературу: Амбрумова А.Г., Полев А.М. Неотложная психотерапевтическая помощь в	4	<p>Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2</p>

состояния	<p>суицидологической практике // Методические рекомендации. М.,1986.</p> <p>Общие понятия. Типы реакций организма на экстремальные ситуации. Адекватная форма реакции. Реакция тревоги, ее виды. Три степени реакции тревоги. Формы реакции тревоги крайней степени Динамика экстремальных состояний. Специфические виды экстремальных состояний. Понятие определений – аффект, фрустрация, страх, паника, психологический кризис.</p>		<p>http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm см. конспект лекций, список литературы</p>
<p>Составить таблицу/схему: Готовность к деятельности в экстремальных условиях.</p> <p>Изучить литературу</p>	<p>План: Теоретические аспекты изучения психологической готовности. Понятие психологической готовности. Психологические предпосылки наступления готовности. Динамическая структура психологической готовности. Готовность и установка. Готовность и адаптация. Факторы адаптации. Методы определения адаптационных возможностей человека. Этапы процесса адаптации.</p>	5	<p>Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm</p>
Итого по разделу 3		9	
Раздел 4. Толерантность к психологическому стрессу			

<p>Изучить литературу <i>По теме:</i> Толерантность к психологическому стрессу.</p>	<p>Подготовить конспект. Подготовить краткое сообщение по теме: Проблема толерантности в психологии. Механическая толерантность. Четыре подхода к пониманию эмоциональной устойчивости. Измерение защитных механизмов личности. Динамика защитных механизмов личности по З. Фрейду. Тест защитных механизмов доктора В. Крега. (ТЗМ). Оценка и измерение у человека способности к преодолению стресса (Опросник SACS). Концепция отсроченных реакций на травматический стресс.</p>	<p>4</p>	<p>Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm см. конспект лекций, список литературы</p>
<p>Подготовить конспект «Типы травмирующих воздействий на психическую деятельность при экстремальных условиях»</p>	<p>Подготовить краткое сообщение. Типы травмирующих воздействий на психическую деятельность при экстремальных условиях. Общая характеристика синдрома посттравматических стрессовых нарушений.</p>	<p>3</p>	<p>См. список литературы</p>
<p>Выделить профессионально важные качества личности психолога на основе изученной литературы.</p>	<p>Выделить профессионально важные качества личности психолога на основе изученной литературы. Подготовить аргументы к защите выделенных качеств.</p>	<p>2</p>	<p>См. список литературы</p>
<p>Итого по разделу 4</p>		<p>9</p>	
<p>Раздел 5. Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях. Психогигиена и психопрофилактика стресса</p>			
<p>Составить конспект-</p>	<p>Составить конспект-схему.</p>	<p>4</p>	<p>Психология экстремальных ситуаций</p>

схему на тему: Психологическая поддержка деятельности человека экстремальных условиях	в Сущность и виды психологической поддержки. Три аспекта психологической поддержки в соответствии с источником в соответствии с источником негативных субъективных переживаний. Общая схема процесса психологической поддержки. Факторы формирования состояний в процессе психологической поддержки. Роль подсказки в процессе психологической поддержки. Поддержка в принятии решений человеком в экстремальных условиях.		\ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm см. конспект лекций, список литературы
Составить конспект-схему на тему: Психогигиена и психопрофилактика стресса.	Составить конспект-схему. Значение профилактических мероприятий в предупреждении стресса. Психопрофилактические мероприятия коллективного характера. Психопрофилактические мероприятия индивидуального характера. Психологическая подготовка и тренировка.	3	Психология экстремальных ситуаций \ Под ред. В.В.Рубцова, С.Б.Малых. – 2 http://www.igpran.ru/index.htm http://www.bashedu.ru/encikl/maintitle.htm
Тестирование по модулю	Подготовка к тестированию по модулю	2	См. конспект лекций, список литературы
Итого по разделу 5		9	
Написание домашнего задания	Подготовка и оформление домашнего задания, выбранного студентом самостоятельно или из предложенного перечня	10	см. конспект лекций, список литературы
Зачет	Подготовка к зачету	5	
Итого		60 часов	

ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА И МЕТОДИКИ ИХ ПРИМЕНЕНИЯ

Фонды оценочных средств

Фонды оценочных средств, позволяющие определить рейтинговую оценку по данной дисциплине, включают в себя:

- комплект тестовых заданий;
- перечень тем к СРС (домашние задания, рефераты, контрольные работы, курсовые работы);
- перечень вопросов к зачету.

Критерии оценивания

Выполнение модульного контрольного задания

Критерии оценивания выполнения МКЗ – максимально 30 баллов.

Домашние задания

Критерии оценивания выполнения ДЗ – максимально – 160 баллов.

**Таблица планирования результатов обучения студентов
по дисциплине «Экстремальная психология»**

Вид работы	Количество баллов по модулям		Сумма
	Модуль 1 (макс. значение)	Модуль 2 (макс. значение)	
1. Посещение и работа на лекциях	43	10	53
2. Посещение и работа на семинарских занятиях	-	-	-
3. Посещение и работа на практических занятиях	128	22	150
4. Посещение, работа и выполнение лабораторных занятий	-	-	-
5. Выполнение неконтролируемой СРС	149	28	177
6. Написание и защита домашних заданий (курсовой работы)	-	160	160
7. Выполнение модульного контрольного задания	30	30	60
ИТОГО (рейтинговая оценка за текущую работу в семестре)	350	250	600
Рейтинговая оценка за итоговую аттестацию по дисциплине	-	-	400
Допуск к зачету*	минимум 90	минимум 90	минимум 180

* При обязательном выполнении домашнего задания (при его наличии в учебном плане).

Освобождение от 1 вопроса - 540 баллов.