

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ  
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«РЯЗАНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ С.А. ЕСЕНИНА»

Утверждаю:  
Директор института психологии,  
педагогике и социальной работы



Л.А. Байкова

«30» августа 2019 г.

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

### «ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ»

**Уровень основной профессиональной образовательной программы:** бакалавриат

**Направление подготовки:** 39.03.02 – «Социальная работа»

**Направленность (профиль):** «Психосоциальная работа с населением»

**Форма обучения:** заочная

**Срок освоения ОПОП:** нормативный (4,5 года)

**Институт** психологии, педагогики и социальной работы

**Кафедра** социальной психологии и социальной работы

Рязань, 2019

## **ВВОДНАЯ ЧАСТЬ**

### **1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

Целями освоения дисциплины «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» являются формирование у обучающихся компетенций в области экстремальной психологии; формирование представлений об общих закономерностях деятельности человека в экстремальных условиях, об оказании экстренной помощи в особых и экстремальных условиях деятельности, а также способности и готовности использования научных и практических знаний в профессиональной деятельности.

### **2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП ВУЗА**

**2.1.** Дисциплина «Психологическая помощь в экстремальных ситуациях» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, Блока 1 «Дисциплины (модули)» (Б1.В.ДВ.03.01).

**2.2.** Для изучения данной дисциплины необходимы следующие предшествующие дисциплины:

- психология,
- безопасность жизнедеятельности,
- социальная психология безопасности.

**2.3.** Перечень последующих дисциплин, для которых необходимы знания, умения, навыки, формируемые данной дисциплиной:

- массовые социально-психологические явления и психология социального познания;
- опыт социальной работы в различных сферах жизнедеятельности.

## 2.4 Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы

Изучение данной дисциплины направлено на формирование у обучающихся универсальных (УК), и профессиональных (ПКС) компетенций:

№ п/п	Код и содержание компетенции	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине В результате изучения дисциплины обучающиеся должны:		
			Знать	Уметь	Владеть (навыками)
1	2	3	4	5	6
1.	<b>УК-2</b> Способен определять круг задач в рамках поставленной цели и выбирать оптимальные способы их решения, исходя из действующих правовых норм, имеющихся ресурсов и ограничений	УК-2.3 Выполняет задачи в зоне своей ответственности в соответствии с запланированными результатами и точками контроля, при необходимости корректирует способы решения задач	- природу социально-психологических явлений, возникающих в экстремальных ситуациях; теоретические основы социального сопровождения населения в экстремальных ситуациях	- применять в профессиональной деятельности знания о природе социально-психологических явлений, возникающих в экстремальных ситуациях, знания по социальному сопровождению населения в экстремальных ситуациях	- навыками разработки индивидуальных социально-психологических программ по социальному сопровождению населения в экстремальных ситуациях
2.	<b>ПКС-1</b> Способен к подготовке и организации социального обслуживания и социальной поддержки различных категорий населения с учетом их индивидуальной потребности для преодоления трудной жизненной ситуации	ПКС-1.1 Выявляет граждан, оказавшихся в трудной жизненной ситуации и нуждающихся в социальной поддержке	- обстоятельства и условия, выявляющие граждан, находящихся в экстремальной ситуации и нуждающихся в социальной поддержке	- распознавать на практике обстоятельства и условия, выявляющие граждан, находящихся в экстремальной ситуации и нуждающихся в социальной поддержке	- навыками разработки социально-психологических технологий, направленных на выявление граждан, находящихся в экстремальной ситуации и нуждающихся в

	и предупреждения ее возникновения				социальной поддержке
3.	<b>ПКС-1</b> Способен к подготовке и организации социального обслуживания и социальной поддержки различных категорий населения с учетом их индивидуальной потребности для преодоления трудной жизненной ситуации и предупреждения ее возникновения	<b>ПКС-1.2</b> Определяет объем, виды и формы социального обслуживания и меры социальной поддержки различных категорий граждан	- объем, виды и формы социального обслуживания и меры социальной поддержки граждан, находящихся в экстремальной ситуации	- распознавать на практике объем, виды и формы социального обслуживания и меры социальной поддержки граждан, находящихся в экстремальной ситуации	- навыками разработки социально-психологических технологий, направленных на определение объема, видов и форм социального обслуживания и мер социальной поддержки граждан, находящихся в экстремальной ситуации
4.	<b>ПКС-1</b> Способен к подготовке и организации социального обслуживания и социальной поддержки различных категорий населения с учетом их индивидуальной потребности для преодоления трудной жизненной ситуации и предупреждения ее возникновения	<b>ПКС-1.3</b> Организует деятельность по предоставлению мер социальной поддержки различных категорий граждан	- основные направления организации деятельности по предоставлению мер социальной поддержки гражданам, находящимся в экстремальной ситуации	- применять в профессиональной деятельности знания об организации деятельности по предоставлению мер социальной поддержки гражданам, находящимся в экстремальной ситуации	- навыками разработки социально-психологических технологий организации деятельности по предоставлению мер социальной поддержки гражданам, находящимся в экстремальной ситуации

## ОСНОВНАЯ ЧАСТЬ

### 1. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

Вид учебной работы	Всего часов	Курс			
		№ 4	№	№	№
		часов	часов	часов	часов
1	2	3	4	5	6
<b>1. Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) (всего)</b>	<b>12</b>	<b>12</b>			
В том числе:	–	–			
Лекции (Л)	6	6			
Практические занятия (ПЗ), Семинары (С)	6	6			
Лабораторные работы (ЛР)	–	–			
Иные виды занятий	–	–			
<b>2. Самостоятельная работа студента (всего)</b>	<b>92</b>	<b>92</b>			
<b>3. Курсовая работа (при наличии)</b>	КП	–	–		
	КР				
Вид промежуточной аттестации	зачет (З)	3 (4)	3 (4)		
	экзамен (Э)				
<b>ИТОГО: общая трудоемкость</b>	часов	<b>108</b>	<b>108</b>		
	зач. ед.	<b>3</b>	<b>3</b>		

## 2. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Содержание разделов дисциплины

№ курса	№ раздела	Наименование раздела дисциплины	Содержание раздела в дидактических единицах
1	2	3	4
4	1	<b>Экстремальные и чрезвычайные ситуации и экстренная психологическая помощь пострадавшим</b>	Экстремальные ситуации: понятие, характеристики, классификация, субъекты. Понятие и виды экстремальных психических состояний. Депривация и фрустрация как виды экстремальных психических состояний. Психологическая помощь пострадавшим при экстремальных и чрезвычайных ситуациях
4	2	<b>Кризисные состояния и психологическая помощь при них</b>	Кризисные ситуации и состояния. Психология горя. Психологическая помощь при кризисных состояниях. Психология суицидального поведения.
4	3	<b>Стрессовые состояния и психологическая помощь при них</b>	Стресс и его влияние на жизнь человека. Стрессоустойчивость личности и методы борьбы со стрессом. Травматический стресс и посттравматическое стрессовое расстройство. Насилие и психологическая помощь жертвам насилия.

2.2. Лабораторный практикум *(не предусмотрен)*.

Курсовые работы *(не предусмотрены)*.

## 3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА СТУДЕНТА

Самостоятельная работа осуществляется в объеме 92 часа. Видами СРС являются:

- подготовка к семинарским занятиям;
- работа со справочными материалами (словарями, энциклопедиями);
- изучение и конспектирование основной и дополнительной литературы;
- подготовка к контрольным работам, тестированию;
- подготовка рефератов, эссе.

## 4. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ *(см. Фонд оценочных средств)*

4.1. Рейтинговая система оценки знаний обучающихся по дисциплине *(не применяется)*.

## 5. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

### 5.1. Основная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
1.	Гуревич, П.С. Психология чрезвычайных ситуаций : учебное пособие / П.С. Гуревич. – Москва : Юнити, 2015. – 495 с. – (Актуальная психология). – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118127">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=118127</a> (дата обращения: 25.06.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-238-01246-9. – Текст : электронный.
2.	Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для академического бакалавриата / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 303 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-9094-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/413919">https://biblio-online.ru/bcode/413919</a> (дата обращения: 25.06.2019)
3.	Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для академического бакалавриата / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 303 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-9916-9094-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/413919">https://biblio-online.ru/bcode/413919</a> (дата обращения: 25.06.2019)

### 5.2. Дополнительная литература

№ п/п	Автор (ы), наименование, место издания и издательство, год
1	2
4.	Каменская, Е.Н. Чрезвычайные ситуации социального характера : учебное пособие : [16+] / Е.Н. Каменская ; Министерство образования и науки РФ, Южный федеральный университет, Инженерно-технологическая академия. – Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2016. – 64 с. : табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=493060">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=493060</a> (дата обращения: 25.06.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-9275-2068-8. – Текст : электронный
5.	Мищенко, Л. В. Психотравма. Предотвращение рецидивов. Технологии социально-психологического сопровождения : практическое пособие / Л. В. Мищенко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 225 с. — (Профессиональная практика). — ISBN 978-5-534-07852-7. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/423855">https://biblio-online.ru/bcode/423855</a> (дата обращения: 25.06.2019)
6.	Одинцова, М. А. Психология стресса : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Н. Л. Захарова. — Москва : Издательство Юрайт, 2018. — 299 с. — (Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-05254-1. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://biblio-online.ru/bcode/413921">https://biblio-online.ru/bcode/413921</a> (дата обращения: 25.06.2019)
7.	Пономарева, И.М. Работа психолога в кризисных службах : учебное пособие / И.М. Пономарева. – Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014. – 198 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=277347">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=277347</a> (дата обращения: 25.06.2019). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-98238-049-4. – Текст : электронный.
8.	Психология кризисных и экстремальных ситуаций: индивидуальные жизненные кризисы; агрессия и экстремизм : [16+] / под общ. ред. Н.С. Хрусталевой ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. – 447 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458103">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458103</a> (дата обращения:

	25.06.2019). – ISBN 978-5-288-05660-4. – Текст : электронный
9.	Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психическая травматизация и ее последствия : [16+] / под общ. ред. Н.С. Хрусталевой ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2014. – 372 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458105">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458105</a> (дата обращения: 25.06.2019). – ISBN 978-5-288-05583-6. – Текст : электронный
10.	Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь : [16+] / под общ. ред. Н.С. Хрусталевой ; Санкт-Петербургский государственный университет. – Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. – 142 с. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458104">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458104</a> (дата обращения: 25.06.2019). – ISBN 978-5-288-05451-8. – Текст : электронный
11.	Психология экстремальных ситуаций для спасателей и пожарных [Текст] / Под общей ред. Ю.С. Шойгу. М.: Смысл, 2007. - 319 с.
12.	Психология экстремальных и чрезвычайных состояний : учебное пособие / И.В. Белашева, А.В. Суворова, И.Н. Польшакова и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». – Ставрополь : СКФУ, 2016. – 262 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <a href="http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458913">http://biblioclub.ru/index.php?page=book&amp;id=458913</a> (дата обращения: 25.06.2019). – Текст : электронный

### 5.3. Базы данных, информационно-справочные и поисковые системы

1. BOOK.ru [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://www.book.ru> (дата обращения: 10.06.2019)

2. East View [Электронный ресурс] : [база данных]. - Доступ к полным текстам статей научных журналов из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <https://dlib.eastview.com> (дата обращения: 10.06.2019).

3. Moodle [Электронный ресурс] : среда дистанционного обучения / Ряз. гос. ун-т. - Рязань, [Б.г.]. - Доступ, после регистрации из сети РГУ имени С. А. Есенина, из любой точки, имеющей доступ к Интернету. - Режим доступа: <http://e-learn2.rsu.edu.ru/moodle2> (дата обращения: 10.06.2019).

4. Royal Society of Chemistry journals [Электронный ресурс] : [база данных]. - Доступ к полным текстам архива научных журналов 1841-2007 гг. из сети РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://pubs.rsc.org/en/Journals?key=Title&value=Current> (дата обращения: 10.06.2019).

5. Znanium.com [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://znanium.com> (дата обращения: 10.06.2019).

6. Труды преподавателей [Электронный ресурс]: коллекция // Электронная библиотека Научной библиотеки РГУ имени С. А. Есенина. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <http://dspace.rsu.edu.ru/xmlui/handle/123456789/3> (дата обращения: 10.06.2019).



7. Университетская библиотека ONLINE [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: [http://biblioclub.ru/index.php?page=main\\_ub\\_red](http://biblioclub.ru/index.php?page=main_ub_red) (дата обращения: 10.06.2019).

8. Электронная библиотека диссертаций [Электронный ресурс] : официальный сайт / Рос.гос.б-ка. - Москва : Рос. гос. б-ка, 2003. - Доступ к полным текстам из комплексного читального зала НБ РГУ имени С. А. Есенина. - Режим доступа: <http://diss.rsl.ru> (дата обращения: 10.06.2019).

9. Юрайт [Электронный ресурс] : электронная библиотека. - Доступ к полным текстам по паролю. - Режим доступа: <https://www.biblio-online.ru> (дата обращения: 10.06.2019).

**5.4.** Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (далее – сеть «Интернет»), необходимых для освоения дисциплины

1. eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Режим доступа: <http://elibrarv.ru/defaultx.asp>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

2. КиберЛенинка [Электронный ресурс] : научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://cvberleninka.ru/?>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

3. EqWorld. The World of Mathematical Equations [Электронный ресурс] : Международный научно-образовательный сайт. – Режим доступа: <http://eqworld.ipmnet.ru/indexr.htm>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

4. Prezentacva.ru [Электронный ресурс] : образовательный портал. - Режим доступа: <http://prezentacva.ru>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

5. Библиотека методических материалов для учителя [Электронный ресурс] : образовательный портал // Инфоурок. - Режим доступа: <https://infourok.ru/biblioteka>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

6. Единое окно доступа к образовательным ресурсам [Электронный ресурс] : федеральный портал. - Режим доступа: <http://window.edu.ru>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

7. Информационно-коммуникационные технологии в образовании [Электронный ресурс] : система федеральных образовательных порталов. - Режим доступа: <http://www.ict.edu.ru>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

8. Российский общеобразовательный портал [Электронный ресурс] : [образовательный портал]. - Режим доступа: <http://www.school.edu.ru>, свободный (дата обращения: 10.06.2019).

9. Российская педагогическая энциклопедия [Электронный ресурс] : электронная энцикл. // Гумер — гуманитарные науки. - Режим доступа: [http://www.gumer.info/bibliotek\\_Buks/Pedagog/russpenc/mdexphp](http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Pedagog/russpenc/mdexphp), свободный (дата обращения: 10.06.2019).

10. Тематические Интернет-ресурсы по профилю осваиваемой дисциплины.

## 6. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Требования к аудиториям (помещениям, местам) для проведения занятий: стандартно оборудованные лекционные аудитории для проведения интерактивных лекций: видеопроектор, экран настенный, ноутбук. Два компьютерных класса. Требования к специализированному оборудованию отсутствуют.

## 7. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

<b>Вид учебных занятий</b>	<b>Организация деятельности студента</b>
<b>Лекция</b>	Написание конспекта лекций: кратко, схематично, последовательно фиксировать основные положения, выводы, формулировки, обобщения; пометить важные мысли, выделять ключевые слова, термины. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначить вопросы, термины, материал, который вызывает трудности, пометить и попытаться найти ответ в рекомендуемой литературе. Если самостоятельно не удастся разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии. Уделить внимание следующим понятиям (перечисление понятий) и др.
<b>Практические занятия</b>	Проработка рабочей программы дисциплины, уделяя особое внимание целям и задачам, структуре и содержанию дисциплины. Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом (указать текст из источника и др.), прослушивание аудио- и видеозаписей по заданной теме, решение расчетно-графических заданий, решений задач по алгоритму и др.
<b>Контрольная работа/ индивидуальные задания</b>	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующихся для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.
<b>Реферат</b>	Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
<b>Коллоквиум</b>	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
<b>Подготовка к экзамену (зачету)</b>	При подготовке к экзамену (зачету) необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

## 8. ТРЕБОВАНИЯ К ПРОГРАММНОМУ ОБЕСПЕЧЕНИЮ УЧЕБНОГО ПРОЦЕССА

Название ПО	№ лицензии
-------------	------------

Операционная система WindowsPro (ms azure devtools for teaching)	договор №65/2019 от 02.10.2019г.
Антивирус Kaspersky Endpoint Security	договор №02-ЗК-2019 от 15.04.2019г.
Офисное приложение Libre Office	свободно распространяемое ПО
Архиватор 7-zip	свободно распространяемое ПО
Браузер изображений Fast Stone ImageViewer	свободно распространяемое ПО
PDF ридер Foxit Reader	свободно распространяемое ПО
Медиа проигрыватель VLC mediaplayer	свободно распространяемое ПО
Запись дисков Image Burn	свободно распространяемое ПО
DJVU браузер DjVuBrowser Plug-in	свободно распространяемое ПО

## 9. ИНЫЕ СВЕДЕНИЯ