ФЕДЕРАЛЬНОЕ АГЕНТСТВО ЖЕЛЕЗНОДОРОЖНОГО ТРАНСПОРТА

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение

высшего образования

«Петербургский государственный университет путей сообщения

Императора Александра I»

(ФГБОУ ВО ПГУПС)

Кафедра «Прикладная психология»

Б1.В.01 «ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ И ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ УСЛОВИЯХ»

**Методические рекомендации по организации самостоятельной работы обучающихся**

для направления подготовки

*37.04.01* «Психология»

по магистерской программе

 «*Организационная психология*»

Форма обучения – очная

Санкт-Петербург

2022

СОДЕРЖАНИЕ

[1. Цели и задачи дисциплины 3](#_Toc465109411)

[2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций...3](#_Toc465109412)

[3. Объем дисциплины и виды учебной работы 8](#_Toc465109413)

[4. Объем и виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине 8](#_Toc465109414)

[5. Рекомендации для самостоятельного освоения дисциплины 13](#_Toc465109415)

# Цели и задачи дисциплины

Целью изучения дисциплины является углубление знаний основ психологической безопасности и деятельности в экстремальных условиях, представлений об источниках психологических угроз, способов противодействия психологическим влияниям и развития психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах.

Для достижения цели дисциплины решаются следующие задачи:

− углубление знаний основных теоретических и прикладных направлений отечественных и зарубежных исследований в области психологии безопасности и деятельности в экстремальных условиях;

− углубление знаний системы принципов, методологических подходов, методов изучения проблем психологической безопасности человека;

− углубление знаний психологии кризисных состояний и экстремальных ситуаций, психологию горя, потери, утраты;

− углубление знаний психологии кризисных состояний, психологии экстремальных ситуаций, рискологией, психологии горя, потери, утраты;

− углубление знаний социальной психологии, психологии малых групп, психологии семьи, консультирования семьи, кризисов семьи;

− углубление знаний проблем социализации, социальной адаптации, характеристик социальной среды;

− умение оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности;

− умение организации работы группы специалистов по оказанию психологической помощи населению, нуждающемуся в ней по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения, с целью снижения социальной и психологической напряженности;

− применение знаний в проведении профилактической работы по снижению социальной и психологической напряженности с учетом данных мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения;

− применение знаний в проведении индивидуального и группового консультирования по проблемам снижения напряженности, обнаруженной при анализе результатов мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения комфортности среды проживания населения;

− владение технологиями выделения и оценки психологических рисков, факторов социальной и психологической напряженности;

− владение технологиями мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и анализа полученных данных;

− владение технологиямиоценки эффективности работы, проведенной по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и учета проведенных работ.

**2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций**

Планируемыми результатами обучения по дисциплине (модулю) является формирование у обучающихся компетенций и/или части компетенций. Сформированность компетенций и/или части компетенций оценивается с помощью индикаторов достижения компетенций.

Таблица 2.1

| **Индикаторы достижения компетенций** | **Результаты обучения по дисциплине (модулю)** |
| --- | --- |
| **ПК-2.** **Организация мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения** |
| **ПК-2.1.1. Знает** психологию кризисных состояний и экстремальных ситуаций, психологию горя, потери, утраты; документоведение | Обучающийся *знает*:  − психологию кризисных состояний и экстремальных ситуаций, психологию горя, потери, утраты; документоведение. |
| **ПК-2.1.2. Знает** основы безопасности жизнедеятельности человека и окружающей среды; социальную психологию, психологию малых групп, психологию семьи, консультирования семьи, кризисов семьи; проблемы социализации, социальной адаптации, характеристики социальной среды | Обучающийся *знает*: − основы безопасности жизнедеятельности человека и окружающей среды;− социальную психологию, психологию малых групп, психологию семьи, консультирования семьи, кризисов семьи;− проблемы социализации, социальной адаптации, характеристики социальной среды. |
| **ПК-2.2.1. Умеет** оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности, организовывать работу группы специалистов по оказанию психологической помощи населению, нуждающемуся в ней по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения, с целью снижения социальной и психологической напряженности | Обучающийся *умеет*: − оценивать риски и факторы социальной и психологической напряженности;−организовывать работу группы специалистов по оказанию психологической помощи населению, нуждающемуся в ней по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения, с целью снижения социальной и психологической напряженности. |
| **ПК-2.2.3. Умеет** проводить профилактическую работу по снижению социальной и психологической напряженности с учетом данных мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения; проводить индивидуальное и групповое консультирование по проблемам снижения напряженности, обнаруженной при анализе результатов мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения | Обучающийся *умеет*: − проводить профилактическую работу по снижению социальной и психологической напряженности с учетом данных мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения;− проводить индивидуальное и групповое консультирование по проблемам снижения напряженности, обнаруженной при анализе результатов мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения комфортности среды проживания населения. |
| **ПК-2.3.1.** **Владеет** технологиями определения психологических критериев соответствия среды проживания населения потребностям и возможностям людей и разработки программ мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения | Обучающийся *владеет:* − технологиями определения психологических критериев соответствия среды проживания населения потребностям и возможностям людей; − технологиями разработки программ мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения. |
| **ПК-2.3.2.** **Владеет** технологиями выделения и оценки психологических рисков, факторов социальной и психологической напряженности, мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и анализа полученных данных | Обучающийся *владеет:* − технологиями выделения и оценки психологических рисков, факторов социальной и психологической напряженности;− технологиями мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и анализа полученных данных. |
| **ПК-2.3.4.** **Владеет** технологиямиоценки эффективности работы, проведенной по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и учета проведенных работ | Обучающийся *владеет:* − технологиямиоценки эффективности работы, проведенной по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и учета проведенных работ. |
| **ПК-3.****Оказание психологической помощи социальным группам и отдельным лицам (клиентам), попавшим в трудную жизненную ситуацию** |
| **ПК-3.1.1. Знает** психологию кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы), психологию экстремальных ситуаций (подходы, проблемы, виды помощи, последствия), рискологию, психологию горя, потери, утраты | Обучающийся *знает*: − психологию кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы);− психологию экстремальных ситуаций (подходы, проблемы, виды помощи, последствия), рискологию, психологию горя, потери, утраты. |

**Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина «Психология безопасности и деятельности в экстремальных условиях» (Б1.В.01) относится к части, формируемой участниками образовательных отношений блока 1 «Дисциплины (модули)».

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы**

| **Вид учебной работы** | **Всего часов** |
| --- | --- |
|
| Контактная работа (по видам учебных занятий)В том числе: | 64 |
| * лекции (Л)
 | 32 |
| * практические занятия (ПЗ)
 | 32 |
| * лабораторные работы (ЛР)
 | 0 |
| Самостоятельная работа (СРС) (всего) | 40 |
| Контроль | 4 |
| Форма контроля (промежуточной аттестации) | З |
| Общая трудоемкость: час / з.е. | 108/3 |

**4. Объем и виды самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№п/п** | **Наименование раздела дисциплины** | Кол-во по сам. ра-те  | Вид самостоятельной работы | Перечень учебно-методического обеспечения |
| **1** | Психология безопасности как наука. | 10 | Ознакомиться с содержанием соответствующих разделов в учебниках и учебных пособиях п. 8.5. рабочей программыПодготовка к тестированию в текущем контроле. Подготовка к выполнению задания текущего контроля. Подготовка к текущей аттестации. Подготовка к практическим занятиям. Проработка конспекта лекций.**Самостоятельная работа**Учебные вопросы к самостоятельной подготовке:1. Классификация и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения в целях обеспечения психологической безопасности человека в различных условиях жизнедеятельности;2. Причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций, в том числе способах противодействия психологическим влияниям и развития психологической устойчивости в различных экстремальных обстоятельствах;3. Основы психологической безопасности, принципы организации безопасности труда на предприятии, технические средства защиты людей в условиях чрезвычайной ситуации.4. Оценка вероятности возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению. | Ознакомиться с содержанием соответствующих разделов в следующих учебниках и учебных пособиях:1.Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях: учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08656-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515608> (дата обращения: 01.03.2023). 2.Психология безопасности: учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04312-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489432> (дата обращения: 26.03.2023). 3.Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для вузов / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08342-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491352> (дата обращения: 01.03.2023). 4.Красило, А. И. Консультирование посттравматических состояний: персоналистическое направление: учебное пособие для вузов / А. И. Красило. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14834-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520262> (дата обращения: 01.03.2023). 5.Психология безопасности: учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15702-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/509485> (дата обращения: 01.03.2023). 6.Психологическая безопасность личности: учебник и практикум для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 222 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09996-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517468> (дата обращения: 01.03.2023). Подготовка к текущей аттестации.Подготовка к практическим занятиям.Проработка конспекта лекций. |
| **2** | Личность как субъект психологической безопасности. | 10 | Ознакомиться с содержанием соответствующих разделов в учебниках и учебных пособиях п. 8.5.Подготовка к тестированию в текущем контроле. Подготовка к выполнению задания текущего контроля. Подготовка к текущей аттестации. Подготовка к практическим занятиям. Проработка конспекта лекций.**Самостоятельная работа**Учебные вопросы к самостоятельной подготовке:1. Принципы различных видов психологического консультирования и тренингов.2. Психологические рекомендации для отдельных лиц, групп населения или организаций в целях обеспечения психологической безопасности человека в различных условиях жизнедеятельности. | Ознакомиться с содержанием соответствующих разделов в следующих учебниках и учебных пособиях:1.Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях: учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08656-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515608> (дата обращения: 01.03.2023). 2.Психология безопасности: учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04312-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489432> (дата обращения: 26.03.2023). 3.Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для вузов / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08342-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491352> (дата обращения: 01.03.2023). 4.Красило, А. И. Консультирование посттравматических состояний: персоналистическое направление: учебное пособие для вузов / А. И. Красило. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14834-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520262> (дата обращения: 01.03.2023). 5.Психология безопасности: учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15702-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/509485> (дата обращения: 01.03.2023). 6.Психологическая безопасность личности: учебник и практикум для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 222 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09996-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517468> (дата обращения: 01.03.2023).  Подготовка к текущей аттестации.Подготовка к практическим занятиям.Проработка конспекта лекций. |
| **3** | Психологическая безопасность и деятельность в экстремальных условиях современном обществе. | 20 | **Самостоятельная работа**Подготовка к текущей аттестации.Подготовка к практическим занятиям.Проработка конспекта лекций. | 1.Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях: учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08656-0. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/515608> (дата обращения: 01.03.2023). 2.Психология безопасности: учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 276 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04312-9. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/489432> (дата обращения: 26.03.2023). 3.Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для вузов / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2022. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08342-2. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491352> (дата обращения: 01.03.2023). 4.Красило, А. И. Консультирование посттравматических состояний: персоналистическое направление: учебное пособие для вузов / А. И. Красило. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 213 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14834-3. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/520262> (дата обращения: 01.03.2023). 5.Психология безопасности: учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15702-4. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/509485> (дата обращения: 01.03.2023). 6.Психологическая безопасность личности: учебник и практикум для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — Москва: Издательство Юрайт, 2023. — 222 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-09996-6. — Текст: электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/517468> (дата обращения: 01.03.2023).  |

**5. Рекомендации для самостоятельного освоения дисциплины**

**Самостоятельная работа** **студентов** - планируемая учебная работа, выполняемая во внеаудиторное (аудиторное) время по заданию и при методическом руководстве преподавателя, но без его непосредственного участия (при частичном непосредственном участии преподавателя, оставляющего ведущую роль за работой студенту).

Изучение дисциплины требует систематического и последовательного накопления знаний, следовательно, пропуски отдельных разделов не позволяют глубоко освоить предмет.

Основными формами самостоятельной работы по изучению дисциплины являются:

При подготовке к **лекциям** студентам необходимо:

− перед каждой лекцией просматривать рабочую программу дисциплины, что позволит сэкономить время на записывание темы лекции, ее основных вопросов, рекомендуемой литературы;

− на отдельные лекции приносить соответствующий материал на бумажных носителях, присланный лектором на «электронный почтовый адрес группы» (таблицы, графики, схемы). Данный материал будет охарактеризован, прокомментирован, дополнен непосредственно на лекции;

− перед очередной лекцией необходимо просмотреть по конспекту материал предыдущей лекции. При затруднениях в восприятии материала следует обратиться к основным литературным источникам. Если разобраться в материале опять не удалось, то обратитесь к лектору (по графику его консультаций) или к преподавателю на практических занятиях. Не оставляйте «белых пятен» в освоении материала.

**Практические занятия** по дисциплине проводятся под руководством преподавателя. Чтобы хорошо подготовиться к практическому занятию, студенту необходимо:

* приносить с собой рекомендованную преподавателем литературу к конкретному занятию;
* до очередного практического занятия по рекомендованным литературным источникам проработать теоретический материал, соответствующий теме занятия;
* в начале занятий задать преподавателю вопросы по материалу, вызвавшему затруднения в его понимании и освоении при выполнении заданий для самостоятельной работы;
* в ходе занятия давать конкретные, четкие ответы по существу вопросов;
* на занятии демонстрировать понимание проведенного анализа творческих заданий, воспитательных ситуаций, в случае затруднений обращаться к преподавателю.
* студентам, пропустившим занятия (независимо от причин) или не подготовившимся к данному практическому занятию, рекомендуется не позже чем в 2-недельный срок отчитаться по теме. Студенты, не отчитавшиеся по каждой непроработанной ими на занятиях теме до начала зачетной сессии, упускают возможность получить высокие баллы за работу в соответствующем семестре.

Для успешной подготовки к прохождению промежуточной аттестации обучающийся должен ориентироваться на следующие виды работ.

**Тематика докладов**

Доклад необходимо загрузить в ЭИОС, раздел «Текущий контроль», в сроки, указанные преподавателем в соответствии с изучаемым содержанием дисциплины, и выступить с ним на 5-7 минут на практическом занятии в соответствии с изучаемой темой по указанию преподавателя.

Требования к оформлению доклада:

– не менее 5-7 страниц машинописного текста по теме доклада,

– наличие вступления, основной части и заключения;

– список литературы не менее 5 источников с полными выходными данными (пример оформления источников смотреть в Рабочей программе).

**Материалы для промежуточной аттестации**

Промежуточная аттестация проводится в устной форме. Зачет включает в себя устный ответ два вопроса из перечня вопросов к зачету. Обучающиеся имеют возможность пройти зачетный тест в Центре тестирования.

Процедура проведения зачета осуществляется в форме тестовых заданий или устного ответа на вопросы билета.

Билет на зачет содержит вопросы (из перечня вопросов промежуточной аттестации п.2), проверяющие сформированность знаний и умений.

1. Информационно-психологическая безопасность личности и общества.
2. Риск и безопасность трудовой деятельности.
3. Личность в экстремальных условиях жизнедеятельности.
4. Психология групп в экстремальных условиях жизнедеятельности.
5. Проблема суицида в современном обществе.
6. Психологическая безопасность личности в условиях развития манипулятивных технологий воздействия на поведение и состояния личности.
7. Психология терроризма.
8. Управление массовыми явлениями в экстремальных условиях. Психология толпы.
9. Риск как травматогенный фактор в системе жизнедеятельности человека.
10. Деятельность психолога при работе с кризисными состояниями.
11. Психологическая диагностика в системе сопровождения специалистов экстремальных видов деятельности.
12. Культурные и этнические особенности переживания в экстремальных ситуациях.
13. Суицидальное поведение: диагностика, роль и место психолога в его коррекции.
14. Гендерные особенности поведения в экстремальных ситуациях.
15. Психологическая подготовка и коррекция специалистов экстремального профиля.
16. Информационная среда и информационно-психологическое воздействие.
17. Взаимодействие человека и информационной среды: проблема информационно-психологической безопасности.
18. Слухи и провокации как техника информационно-психологического воздействия. Политические, социально-экономические и духовные факторы информационно-психологической безопасности.
19. Психологические характеристики риска. Риск как травматогенный фактор.
20. Методы оценки функциональных состояний.
21. Классификация индивидуальных явлений в экстремальных условиях жизнедеятельности.
22. Психология суицида.
23. Психологические аспекты посттравматических ситуаций.
24. Межгрупповые конфликты. Захваты заложников.
25. Управление массовыми явлениями в экстремальных условиях. Психология толпы.
26. Риск как травматогенный фактор в системе жизнедеятельности человека.
27. История развития психологии безопасности. Цели, задачи психологии безопасности. Связь психологии безопасности с другими науками.
28. Группы факторов, влияющих на психическое состояние и поведение пострадавших в экстремальных, чрезвычайных ситуациях.
29. Психическое состояние пострадавших в ЧС, основные группы психогенных реакций и расстройств.
30. Понятие «стресс». Общий адаптационный синдром и его стадии.
31. Виды стресса. Субсиндромы стресса.
32. Профессиональный стресс. Механизмы накопления профессионального стресса.
33. Психологические механизмы адаптации в стрессовой ситуации. Копинг-механизмы. Защитные механизмы.
34. Дезадаптивные психические состояния в профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля.
35. Отставленные негативные последствия профессионального стресса: кризисы, зависимое поведение, суицидальное поведение, психосоматические заболевания, посттравматическое стрессовое расстройство.
36. Психология кризисных состояний (концепции, подходы, факторы, методы и методики работы), психологию экстремальных ситуаций (подходы, проблемы, виды помощи, последствия), рискологию, психологию горя, потери, утраты.
37. Методы, приемы и способы организации мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения.
38. Оценка риска и факторы социальной и психологической напряженности, в том числе трудовой деятельности, психологической безопасности и комфортности социальной среды.
39. Особенности психического состояния и поведения человека в экстремальных ситуациях.
40. Методики самооценки, самоконтроля и саморазвития с использованием подходов здоровьесбережения.

Перечень вопросов к зачету

|  |  |
| --- | --- |
| **Перечень вопросов к зачету** | **Индикаторы компетенций** |
| Предмет, система и содержание психологии безопасности и деятельности в экстремальных условиях.  | ПК-2.1.1. |
| История психологии безопасности и деятельности в экстремальных условиях.  | ПК-2.1.2. |
| Информационно-психологическая безопасность личности и общества.  | ПК-2.1.2. |
| Системная природа проблемы безопасности.  | ПК-2.1.2. |
| Понятие состояния в психологии. Характеристики экстремального состояния.  | ПК-2.2.1. |
| Психологический аспект понятия «ситуация». Условия возникновения экстремальных ситуаций. | ПК-2.2.1. |
| Системно-функциональная модель ситуации (по А. М. Столяренко). | ПК-2.2.3. |
| Вероятностная природа экстремальности. | ПК-2.2.3. |
| Основные характеристики экстремальной ситуации. | ПК-2.3.1. |
| Теории стресса и их прикладное значение. | ПК-2.3.1. |
| Негативные изменения психической деятельности в экстремальных ситуациях. | ПК-2.3.1. |
| Позитивные изменения психической деятельности в экстремальных ситуациях. | ПК-2.3.1. |
| Психические состояния в экстремальных ситуациях: психическая напряженность. | ПК-2.3.4. |
| Психические состояния в экстремальных ситуациях: фрустрация. | ПК-2.1.1. |
| Психологические ресурсы личности в экстремальных ситуациях. | ПК-2.1.2. |
| Общая характеристика ПТСР. | ПК-2.1.2. |
| Поведенческие модели в экстремальных ситуациях. | ПК-2.1.2. |
| Способы преодоления кризисных ситуаций. | ПК-2.2.1. |
| Психология экстремальных ситуаций в профессиональной деятельности. | ПК-2.2.1. |
| Методы саморегуляции в экстремальных ситуациях. | ПК-2.2.3. |
| Методы управления группой в экстремальных ситуациях.  | ПК-2.2.3. |
| Психологическая профилактика экстремальных ситуаций и состояний. | ПК-2.3.1. |
| Негативные информационные воздействия и их последствия. СМИ как источник негативных воздействий.  | ПК-2.3.1. |
| Политические, социально-экономические и духовные факторы информационно-психологической безопасности.  | ПК-2.3.1. |
| Психологические характеристики риска. Риск как травматогенный фактор.  | ПК-2.3.1. |
| Методы оценки функциональных состояний.  | ПК-2.3.4. |
| Классификация индивидуальных явлений в экстремальных условиях жизнедеятельности.  | ПК-2.1.1. |
| Психология суицида.  | ПК-2.1.2. |
| Психологические аспекты посттравматических ситуаций.  | ПК-2.1.2. |
| Межгрупповые конфликты. Захваты заложников.  | ПК-2.1.2. |
| Психология терроризма.  | ПК-2.2.1. |
| Управление массовыми явлениями в экстремальных условиях. Психология толпы.  | ПК-2.2.1. |
| Риск как травматогенный фактор в системе жизнедеятельности человека.  | ПК-2.2.3. |
| История развития психологии безопасности. Цели, задачи психологии безопасности. Связь психологии безопасности с другими науками. | ПК-2.2.3. |
| Понятия кризисной, экстремальной и чрезвычайной ситуации.  | ПК-2.3.1. |
| Группы факторов, влияющих на психическое состояние и поведение пострадавших в экстремальных, чрезвычайных ситуациях.  | ПК-2.3.1. |
| Психическое состояние пострадавших в ЧС, основные группы психогенных реакций и расстройств.  | ПК-2.3.1. |
| Понятие «стресс». Общий адаптационный синдром и его стадии.  | ПК-2.3.1. |
| Виды стресса. Субсиндромы стресса.  | ПК-2.3.4. |
| Профессиональный стресс. Механизмы накопления профессионального стресса. | ПК-2.1.1. |
| Психологические механизмы адаптации в стрессовой ситуации. Копинг-механизмы. Защитные механизмы. | ПК-2.1.2. |
| Дезадаптивные психические состояния в профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля.  | ПК-2.1.2. |
| Отставленные негативные последствия профессионального стресса: кризисы, зависимое поведение, суицидальное поведение, психосоматические заболевания, посттравматическое стрессовое расстройство. | ПК-2.1.2. |
| Посттравматическое стрессовое расстройство (ПТСР). Группы симптомов ПТСР. Диагностические критерии ПТСР. Факторы, влияющие на возникновение ПТСР. | ПК-2.2.1. |
| Основные направления профилактики негативных последствий профессионального стресса.  | ПК-2.2.1. |
| Организация труда и отдыха специалистов экстремального профиля в условиях чрезвычайных ситуаций как профилактика негативных последствий профессионального стресса.  | ПК-2.2.3. |
| Система приемов и методов саморегуляции.  | ПК-2.2.3. |
| Динамика психического состояния пострадавших в различных экстремальных и ЧС. | ПК-2.3.1. |
| Группы пострадавших в ЧС: особенности оказания помощи.  | ПК-2.3.1. |
| Общие принципы и особенности общения с пострадавшими в ЧС. | ПК-2.3.1. |
| Особенности общения с пострадавшими, переживающими горе, утрату.  | ПК-2.3.1. |
| Особенности общения с пострадавшими, переживающими горе, утрату. Патологическое горе и причины его возникновения. | ПК-2.3.4. |
| Культуральные особенности переживания горя.  | ПК-2.1.1. |
| Классификация и источники чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения в целях обеспечения психологической безопасности человека в различных условиях жизнедеятельности; | ПК-2.1.2. |
| Причины, признаки и последствия опасностей, способы защиты от чрезвычайных ситуаций, в том числе способах противодействия психологическим влияниям и развития психологической устойчивости в различных экстремальных обстоятельствах; | ПК-2.1.2. |
| Основы психологической безопасности, принципы организации безопасности труда на предприятии, технические средства защиты людей в условиях чрезвычайной ситуации. | ПК-2.1.2. |
| Оценка вероятности возникновения потенциальной опасности и принимать меры по ее предупреждению. | ПК-2.2.1. |
| Психологическая помощь пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях | ПК-2.2.1. |
| Острые реакции на стресс: определение, симптомы, виды.  | ПК-2.2.3. |
| Острые стрессовые реакции. Основные принципы оказания психологической помощи при плаче, истероидной реакции. | ПК-2.2.3. |
| Острые стрессовые реакции. Основные принципы оказания психологической помощи при двигательном возбуждении, страхе. | ПК-2.3.1. |
| Острые стрессовые реакции. Основные принципы оказания психологической помощи при апатии, ступоре. | ПК-2.3.1. |
| Острые стрессовые реакции. Основные принципы оказания психологической помощи при агрессии, нервной дрожи. | ПК-2.3.1. |
| Суицид. Виды суицидов. Факторы суицидального риска, антисуицидальные факторы.  | ПК-2.3.1. |
| Основные теоретические и прикладные направления отечественных и зарубежных исследований в области психологии безопасности. | ПК-2.3.4. |
| Основные причины психологических проблем, формы, критерии и факторы эффективности психологической помощи | ПК-2.2.3. |
| Понятие толпы. Виды толпы.  | ПК-2.2.3. |
| Особенности психологического состояния людей в толпе. Принципы безопасного поведения для людей, находящихся в толпе. | ПК-2.3.1. |
| Профилактика возникновения действующей толпы. Приемы управления действующей толпой, используемые правоохранительными органами.  | ПК-2.3.1. |
| Механизмы образования толпы: эмоциональное заражение и слухи.  | ПК-2.3.1. |
| Слухи как один из механизмов образования толпы: определение, виды, динамика развития, факторы, способствующие возникновению слухов.  | ПК-2.3.1. |
| Информационно-разъяснительная работа, как фактор, снижающий риск развития толпы и стабилизации психического состояния пострадавших.  | ПК-2.3.4. |
| Влияние СМИ на психическое состояние пострадавших в ЧС. | ПК-2.3.1. |
| Управленческая деятельность, критерии эффективной управленческой деятельности. Группы факторов, влияющие на эффективность управленческой деятельности.  | ПК-2.3.1. |
| Стили руководства коллективом. Учет индивидуальных особенностей членов коллектива в управленческой деятельности.  | ПК-2.3.1. |
| Система психологического сопровождения специалистов экстремального профиля деятельности.  | ПК-2.2.3. |
| Психология кризисных состояний и экстремальных ситуаций, психология горя, потери, утраты; документоведение. | ПК-2.1.1. |
| Основы безопасности жизнедеятельности человека и окружающей среды. | ПК-2.1.2. |
| Проблемы социализации, социальной адаптации, характеристики социальной среды. | ПК-2.1.2. |
| Социальная психология, психология малых групп, психология семьи, консультирования семьи, кризисов семьи. | ПК-2.1.2. |
| Оценка рисков и факторы социальной и психологической напряженности. | ПК-2.2.1. |
| Организация работы группы специалистов по оказанию психологической помощи населению, нуждающемуся в ней по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения, с целью снижения социальной и психологической напряженности. | ПК-2.2.1. |
| Профилактическая работа по снижению социальной и психологической напряженности с учетом данных мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения; | ПК-2.2.3. |
| Индивидуальное и групповое консультирование по проблемам снижения напряженности, обнаруженной при анализе результатов мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения комфортности среды проживания населения. | ПК-2.2.3. |
| Технологии определения психологических критериев соответствия среды проживания населения потребностям и возможностям людей. | ПК-2.3.1. |
| Технологии разработки программ мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения | ПК-2.3.1. |
| Технологии выделения и оценки психологических рисков, факторов социальной и психологической напряженности.населения и анализа полученных данных. | ПК-2.3.1. |
| Технологии мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания. | ПК-2.3.1. |
| Технологииоценки эффективности работы, проведенной по результатам мониторинга психологической безопасности и комфортности среды проживания населения и учета проведенных работ. | ПК-2.3.4. |

Пример билета для зачета

1. Предмет, система и содержание психологии безопасности и деятельности в экстремальных условиях.
2. Особенности психологического состояния людей в толпе. Принципы безопасного поведения для людей, находящихся в толпе.

\*Обучающиеся имеют возможность пройти зачетный тест в Центре тестирования.

Процедура проведения зачета осуществляется в форме тестовых заданий или устного ответа на вопросы билета.

Билет на зачет содержит вопросы (из перечня вопросов промежуточной аттестации п.2), проверяющие сформированность знаний и умений.

Методические материалы рассмотрены и утверждены на заседании кафедры «Прикладная психология» 22 марта 2022 года, протокол № 7.