

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
"Дальневосточный государственный университет путей сообщения"  
(ДВГУПС)

УТВЕРЖДАЮ

Зав.кафедрой

(к704) Общая, юридическая и  
инженерная психология



Леженина А.А., к.  
психол. наук, доцент

24.05.2022

## РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины Психологическая помощь в чрезвычайных ситуациях

37.03.01 Психология

Составитель(и): к.псх.н., Зав. кафедрой, Леженина АА

Обсуждена на заседании кафедры: (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от 16.05.2022г. № 12

Обсуждена на заседании методической комиссии учебно-структурного подразделения: Протокол от 24.05.2022 г. № 5

г. Хабаровск  
2022 г.

---

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_\_ 2023 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2023-2024 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_\_\_\_ 2023 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А., к. психол. наук, доцент

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_\_ 2024 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2024-2025 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_\_\_\_ 2024 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А., к. психол. наук, доцент

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_\_ 2025 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2025-2026 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_\_\_\_ 2025 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А., к. психол. наук, доцент

---

**Визирование РПД для исполнения в очередном учебном году**

Председатель МК РНС

\_\_ \_\_\_\_\_ 2026 г.

Рабочая программа пересмотрена, обсуждена и одобрена для исполнения в 2026-2027 учебном году на заседании кафедры (к704) Общая, юридическая и инженерная психология

Протокол от \_\_\_\_\_ 2026 г. № \_\_\_\_  
Зав. кафедрой Леженина А.А., к. психол. наук, доцент

Рабочая программа дисциплины Психологическая помощь в чрезвычайных ситуациях  
разработана в соответствии с ФГОС, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 29.07.2020 № 839

Квалификация **бакалавр**

Форма обучения **очно-заочная**

**ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В ЗАЧЕТНЫХ ЕДИНИЦАХ С УКАЗАНИЕМ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ, ВЫДЕЛЕННЫХ НА КОНТАКТНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ С ПРЕПОДАВАТЕЛЕМ (ПО ВИДАМ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ) И НА САМОСТОЯТЕЛЬНУЮ РАБОТУ ОБУЧАЮЩИХСЯ**

Общая трудоемкость **5 ЗЕТ**

Часов по учебному плану	180	Виды контроля в семестрах:
в том числе:		экзамены (курс) 5
контактная работа	80	зачёты (курс) 4
самостоятельная работа	64	
часов на контроль	36	

**Распределение часов дисциплины по семестрам (курсам)**

Семестр (<Курс>.<Семес тр на курсе>)	8 (4.2)		9 (5.1)		Итого	
	Неделя		10 1/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП	УП	РП
Лекции	8	8	16	16	24	24
Практические	16	16	16	16	32	32
Контроль самостоятельной работы	12	12	12	12	24	24
Итого ауд.	24	24	32	32	56	56
Контактная работа	36	36	44	44	80	80
Сам. работа	36	36	28	28	64	64
Часы на контроль			36	36	36	36
Итого	72	72	108	108	180	180

**1. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

1.1	Понятия: катастрофа, чрезвычайная ситуация, экстремальная ситуация. Классификация чрезвычайных. Особенности и закономерности деятельности в условиях ЧС. Эмоциональные состояния и психогенные реакции. Эмоциональные состояния: страх, ужас, паника, тревога, агрессия, аффект, истерика, апатия, ступор, нервная дрожь, плач, двигательное возбуждение, бред, галлюцинации, стремление к самоубийству, психическая напряженность, реакция горя. Кризисы. Фрустрация. Психическая травма. Психогенные нервно-психические заболевания. Влияние экстремальной ситуации на спасателей, врачей, психологов и других специалистов. Экстренная психологическая помощь, психологическая и социальная реабилитация.
-----	--

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

Код дисциплины:	Б1.В.13
<b>2.1</b>	<b>Требования к предварительной подготовке обучающегося:</b>
2.1.1	Психологическое консультирование
<b>2.2</b>	<b>Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:</b>
2.2.1	Психология профессионального здоровья

**3. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ), СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ**

<b>ПК-3: Способен к разработке индивидуальных программ психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников</b>
<b>Знать:</b>
Способы разработки индивидуальных программ психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников
<b>Уметь:</b>
Разрабатывать индивидуальные программы психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников
<b>Владеть:</b>
Способностью разрабатывать индивидуальные программы психологического сопровождения клиентов, в том числе с использованием ресурсов из различных источников

**4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ), СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ**

Код занятия	Наименование разделов и тем /вид занятия/	Семестр / Курс	Часов	Компетенции	Литература	Инте ракт.	Примечание
	<b>Раздел 1.</b>						
1.1	Понятия: катастрофа, чрезвычайная ситуация, экстремальная ситуация. /Лек/	8	2	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.2	Классификация чрезвычайных. /Лек/	8	2	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.3	Особенности и закономерности деятельности в условиях ЧС. /Лек/	8	2	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.4	Эмоциональные состояния и психогенные реакции. /Лек/	8	2	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.5	Эмоциональные состояния: страх, ужас, паника, тревога, агрессия, аффект, истерика, апатия, ступор, нервная дрожь, плач, двигательное возбуждение, бред, галлюцинации, стремление к самоубийству, психическая напряженность, реакция горя. /Лек/	9	2	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.6	Кризисы. /Лек/	9	3	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	

1.7	Фрустрация. Психическая травма. /Лек/	9	3	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.8	Психогенные нервно-психические заболевания. /Лек/	9	2	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.9	Влияние экстремальной ситуации на спасателей, врачей, психологов и других специалистов. /Лек/	9	3	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.10	Экстренная психологическая помощь, психологическая и социальная реабилитация. /Лек/	9	3	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.11	Эмоциональные состояния: страх, ужас, паника, тревога, агрессия, аффект, истерика, апатия, ступор, нервная дрожь, плач, двигательное возбуждение, бред, галлюцинации, стремление к самоубийству, психическая напряженность, реакция горя. /Пр/	8	16	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	работа в малых группах
1.12	Фрустрация. Психогенные нервно-психические заболевания. /Пр/	9	4	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.13	Психическая травма. /Пр/	9	4	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.14	Влияние экстремальной ситуации на спасателей, врачей, психологов и других специалистов. /Пр/	9	4	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.15	Экстренная психологическая помощь, психологическая и социальная реабилитация. /Пр/	9	4	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.16	Подготовка к лекциям /Ср/	8	4	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.17	Выполнение домашних практических заданий /Ср/	8	12	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.18	Подготовка к зачету /Ср/	8	8	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.19	работа с дополнительной литературой /Ср/	8	12	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.20	Подготовка к практическим занятиям /Ср/	9	8	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.21	Подготовка к лекционным занятиям /Ср/	9	12	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.22	Работа с дополнительной литературой /Ср/	9	8	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.23	/Зачёт/	8	0	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	
1.24	/Экзамен/	9	36	ПК-3	Л1.1Л2.1Л3.1 Э1	0	

**5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ**

Размещены в приложении

<b>6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>			
<b>6.1. Рекомендуемая литература</b>			
<b>6.1.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)</b>			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Самыгин С.И.	Психология: Учеб. пособие	Ростов н/Д: Феникс, 2020,
<b>6.1.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)</b>			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Харчевникова Е.В.	Психология стресса и стрессоустойчивого поведения: практикум	Хабаровск: Изд-во ДВГУПС, 2015,
<b>6.1.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)</b>			
	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л3.1	Виноградова Н.И.	Психодиагностика персонала: учеб. пособие	Чита: ЗаБИЖТ, 2014,
<b>6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)</b>			
Э1	Горьковая И.А., Баканова А.А., Маликова Т.В. и др. Технологии психологической помощи в кризисных и чрезвычайных ситуациях		<a href="https://www.studmed.ru/gorkovaya-ia-bakanova-aa-malikova-tv-i-dr-tehnologii-psihologicheskoy-pomoschi-v-krizisnyh-i-chrezvychaynyh-situaciyah_771659eb932.html">https://www.studmed.ru/gorkovaya-ia-bakanova-aa-malikova-tv-i-dr-tehnologii-psihologicheskoy-pomoschi-v-krizisnyh-i-chrezvychaynyh-situaciyah_771659eb932.html</a>
Э2			
<b>6.3 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)</b>			
<b>6.3.1 Перечень программного обеспечения</b>			
Office Pro Plus 2007 - Пакет офисных программ, лиц.45525415			
Windows 7 Pro - Операционная система, лиц. 60618367			
Windows XP - Операционная система, лиц. 46107380			
Free Conference Call (свободная лицензия)			
<b>6.3.2 Перечень информационных справочных систем</b>			
Справочно-правовая система «Техэксперт/Кодекс» <a href="https://cntd.ru/">https://cntd.ru/</a>			

<b>7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)</b>		
Аудитория	Назначение	Оснащение
3317	Помещения для самостоятельной работы обучающихся. Читальный зал НТБ	Тематические плакаты, столы, стулья, стеллажи Компьютерная техника с возможностью подключения к сети Интернет, свободному доступу в ЭБС и ЭИОС.
3245	Учебная аудитория для проведения практических занятий, занятий семинарского типа	комплект учебной мебели, экран рулонный, компьютер, маркерная доска, тематические плакаты
3330	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа	комплект учебной мебели: столы, стулья, аудиторная меловая доска, доска магнитно-маркерная

<b>8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)</b>
<p>проведение учебного процесса с применением дистанционных технологий. Применение лекционных, практических занятий и зачета (экзамена) возможно в дистанционной форме.</p> <p>Самостоятельная работа студента по изучению учебной дисциплины является важным условием освоения учебного материала и формирования профессиональных знаний и навыков. В процессе самостоятельной работы студент развивает свои аналитические способности, навыки самоорганизации, вырабатывает привычку систематического чтения. При этом своевременная самостоятельная работа студента позволяет минимизировать затраты, в том числе и временные, по изучению учебного материала и добиваться прочного его усвоения. Важно понимать, что самостоятельная работа студента по изучению теоретического материала представляет собой достаточно сложный и напряженный труд.</p>

Вузовская практика позволяет выделить следующие формы самостоятельной работы студента очно-заочной формы обучения: формирование представления об основных понятиях и категориях, на которых базируется специальное знание; изучение научной и учебной литературы при подготовке к рубежному и итоговому контролю знаний (зачетам и экзаменам); сбор информации для выполнения контрольной работы, используя традиционные и современные источники (библиотечные фонды, глобальные информационные сети); разработка теоретической концепции для выполнения контрольной работы на основе собранной информации, учитывая собственный социальный опыт; подготовка тезисов доклада или сообщения для участия в теоретических конференциях по актуальным социально-политическим проблемам.

Исходными учебно-методическими документами в организации самостоятельной работы студента являются рабочая программа по учебной дисциплине, разработанная на кафедре в соответствии с государственным образовательным стандартом, методические рекомендации и методические пособия кафедры по изучаемой дисциплине, перечень учебных вопросов, научная и учебная литература, ключевые понятия и основные вопросы (проблемы), на которые необходимо обратить внимание в процессе самоподготовки.

На лекциях преподаватель рассматривает вопросы программы курса, составленной в соответствии с государственным образовательным стандартом. Из-за недостаточного количества аудиторных часов некоторые темы не удастся осветить в полном объеме, поэтому преподаватель, по своему усмотрению, некоторые вопросы выносит на самостоятельную работу студентов, рекомендуя ту или иную литературу.

Кроме этого, для лучшего освоения материала и систематизации знаний по дисциплине, необходимо постоянно разбирать материалы лекций по конспектам и учебным пособиям. Во время самостоятельной проработки лекционного материала особое внимание следует уделять возникшим вопросам, непонятным терминам, спорным точкам зрения. Все такие моменты следует выделить или выписать отдельно для дальнейшего обсуждения на семинарском занятии.

В случае необходимости обращаться к преподавателю за консультацией. Полный список литературы по дисциплине приведен в рабочей программе дисциплины.

Успешная организация времени по усвоению дисциплины во многом зависит от наличия у студента умения самоорганизовать себя и своё время для выполнения предложенных домашних заданий. При этом алгоритм подготовки будет следующим:

1 этап – поиск в литературе теоретической информации на предложенные преподавателем вопросы;

2 этап – осмысление полученной информации, освоение терминов и понятий;

3 этап – составление плана ответа на каждый вопрос;

4 этап – поиск примеров по данной проблематике (тестов, игр, упражнений и др.).

В процессе изучения данной дисциплины учитывается посещаемость занятий, оценивается активность студентов на каждом занятии при обсуждении теоретических вопросов, а также качество и своевременность подготовки теоретических материалов, творческих заданий и презентаций.

По окончании изучения дисциплины проводится индивидуальный зачёт по предложенным вопросам. Студент, показавший высокий уровень владения знаниями, умениями и навыками по предложенному вопросу, считается успешно освоившим учебный курс.

Для успешного овладения дисциплиной необходимо выполнять следующие требования:

1) посещать все занятия, т.к. весь тематический материал взаимосвязан между собой и теоретического овладения пропущенного недостаточно для качественного усвоения;

2) все рассматриваемые на занятиях вопросы обязательно фиксировать в отдельную тетрадь и сохранять её до окончания обучения в вузе;

3) обязательно выполнять все домашние задания;

4) проявлять активность на занятиях и при подготовке, т.к. конечный результат овладения содержанием дисциплины необходим, в первую очередь, самому студенту;

5) в случаях пропуска занятий, по каким-либо причинам, обязательно «отрабатывать» пропущенное занятие преподавателю во время индивидуальных консультаций.

При подготовке к экзамену необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рабочую программу дисциплины, нормативную, учебную и рекомендуемую литературу. Основное в подготовке к сдаче экзамена - это повторение всего материала дисциплины, по которому необходимо сдавать экзамен. При подготовке к сдаче экзамена студент весь объем работы должен распределять равномерно по дням, отведенным для подготовки к экзамену, контролировать каждый день выполнение намеченной работы. В период подготовки к экзамену студент вновь обращается к уже изученному (пройденному) учебному материалу. Подготовка студента к экзамену включает в себя три этапа: самостоятельная работа в течение семестра; непосредственная подготовка в дни, предшествующие экзамену по темам курса; подготовка к ответу на задания, содержащиеся в билетах (тестах) экзамена. Экзамен проводится по билетам (тестам), охватывающим весь пройденный материал дисциплины, включая вопросы, отведенные для самостоятельного изучения.