

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 подготовка специалистов к деятельности в экстремальных условиях**

37.05.02 Психология служебной деятельности

Составитель(и): к.психол. н., доцент, доцент, Сеницына Лилия Валерьевна

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 подготовка специалистов к деятельности в экстремальных условиях

разработана в соответствии с ФГОС, утвержденным приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 31.08.2020 № 1137

Форма обучения **очная**

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 (семестр) 9
контактная работа	68	
самостоятельная работа	76	
часов на контроль	36	

Распределение часов дисциплины по семестрам (курсам)

Семестр (<Курс>. <Семес тр на курсе>)	9 (5.1)		Итого	
	17 5/6			
Неделя	17 5/6			
Вид занятий	УП	РП	УП	РП
Лекции	32	32	32	32
Практические	32	32	32	32
Контроль самостоятельной работы	4	4	4	4
Итого ауд.	64	64	64	64
Контактная работа	68	68	68	68
Сам. работа	76	76	76	76
Часы на контроль	36	36	36	36
Итого	180	180	180	180

1. АННОТАЦИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

1.1	<p>Психологическая подготовка к особым и экстремальным видам деятельности. Психологическая готовность. Экстремально-психологическая подготовленность профессионала. Система организации подготовки специалистов к деятельности в экстремальных условиях. Подготовка, организация и методика занятий, метод психологического моделирования экстремальных условий. Психологическая подготовка специалистов силовых ведомств к вооруженному, силовому противоборству, физическим нагрузкам, экстремальным ситуациям. Психологическая диагностика. Классификация экстремальных (чрезвычайных) ситуаций. Виды и типологии экстремальных ситуаций. Влияние экстремальных ситуаций на человека. Характеристика деятельности в особых и экстремальных условиях. Понятие кризиса. Типы переживаний в кризисной ситуации. Понятие «психическая травма», «острое стрессовое состояние». Экстремальные состояния. Информационно-адаптационный аспект реагирования на экстремальные ситуации. Психологическое сопровождение в экстремальных ситуациях. Принципы оказания помощи перенесшим психологическую травму в экстремальных ситуациях. Функции службы экстренной психологической помощи. Основные направления проведения психотерапии и психопрофилактики. Цели и задачи экстренной психологической помощи. Работа психолога в экстремальных условиях. Классификации психических реакций при катастрофах. Виды реакций на экстремальную ситуацию (бред, галлюцинации, ступор, двигательное возбуждение, агрессия, страх, истерика, нервная дрожь, плач). Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях. Информационная терапия. Техники экстренной психологической помощи. Правила первой помощи для психологов, работающих в экстремальных ситуациях. Экстремальные ситуации (насилие), связанные с угрозой для жизни. Помощь взрослому и ребенку.</p>
-----	--

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ) В СТРУКТУРЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Код дисциплины:	Б1.В.05
2.1	Требования к предварительной подготовке обучающегося:
2.1.1	Модуль. Специальная подготовка. Экстремальная психология
2.1.2	
2.1.3	Психология профессиональной деформации и профессионального выгорания в профессиях особого риска
2.2	Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:
2.2.1	Психологическое обеспечение служебной деятельности
2.2.2	Психология принятия решений в профессиональной деятельности
2.2.3	Юридическая психология

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

ПК-2 : Способен подбирать эффективные формы и методы психологической подготовки специалиста межведомственной команды в соответствии с поставленными задачами

Знать:

Методы психологической подготовки специалиста межведомственной команды в соответствии с поставленными

Уметь:

Подбирать эффективные формы и методы психологической подготовки специалиста межведомственной команды в соответствии с поставленными задачами

Владеть:

Способностью подбирать эффективные формы и методы психологической подготовки специалиста межведомственной команды в соответствии с поставленными задачами

ПК-7: Способен описывать структуру деятельности специалиста в рамках определенной сферы, прогнозировать, анализировать и оценивать психологические условия профессиональной деятельности

Знать:

Способы прогнозирования, анализа и оценки психологических условий профессиональной деятельности

Уметь:

Описывать структуру деятельности специалиста в рамках определенной сферы, прогнозировать, анализировать и оценивать психологические условия профессиональной деятельности

Владеть:

Способностью описывать структуру деятельности специалиста в рамках определенной сферы, прогнозировать, анализировать и оценивать психологические условия профессиональной деятельности

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
	Раздел 1.						
1.1	Основы экстремальной подготовки. Психолого-педагогическая концепция экстремальной подготовки. 1. Экстремальный характер отдельных видом профессиональной деятельности вынуждает специалистов напрягать силы и мобилизовать внутренние ресурсы для преодоления негативных последствий дистресса, что отрицательно сказывается на их здоровье. /Лек/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	активное слушание
1.2	Экстремальные ситуации создают у человека острый внутренний конфликт между жесткими требованиями профессиональной деятельности и недостающими возможностями. Поэтому, если их не готовить к адекватному восприятию экстремальных условий, то организация на выходе получит работника с ослабленным здоровьем, с недостатками органов чувств (зрения, слуха, др.), с неустойчивой мотивационно-волевой сферой, проявляющего беспечность, а также склонность к неоправданному риску. /Лек/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2	0	
1.3	Методические и организационные подходы к психологическому развитию экстремально значимых характеристик личности специалистов-спасателей и	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	работа в малых группах
1.4	Состояние практики психологии потребовало выделения самостоятельной отрасли, которая взяла бы на себя теоретическую проработку особенностей поведения человека в кризисных и экстремальных ситуациях, регуляции и саморегуляции психических состояний, разработку специального диагностического инструментария и программ психологической помощи и коррекции. /Лек/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2	0	
1.5	Психологическая подготовка специалистов-спасателей к действиям в экстремальных условиях. /Лек/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	

1.6	3.Экстремальные ситуации все чаще возникают в обычной производственной деятельности, следствием чего является так называемый профессиональный стресс. Таким образом, экстремальные ситуации в нашей жизни неизбежны, поэтому психологи многих стран в последнее время усиленно изучают особенности поведения человека и закономерности его деятельности в экстремальных условиях. Это позволяет сделать практические выводы, касающиеся подготовки таких людей и организации их деятельности. /Лек/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2	0	
1.7	Психологическая подготовка сотрудников силовых ведомств к действиям в экстремальных и боевых условиях. /Лек/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
1.8	Создание новой современной модели организации психологической помощи населению, пострадавшему в экстремальных ситуациях или переживающему кризис требует совершенствования профессиональной подготовки специалистов психологов. Поэтому целью данного курса является теоретико-практическая подготовка студентов к осуществлению деятельности по оказанию психологической помощи людям, оказавшимся в кризисных и экстремальных ситуациях. /Лек/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2	0	
Раздел 2.							
2.1	Система организации подготовки специалистов к деятельности в экстремальных условиях. /Пр/	9	6	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
2.2	Организационные формы экстремального обучения. Подготовка и организация занятия. Особенности групповой психологической подготовки. /Пр/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.3Л3.1 Э1 Э2	0	
2.3	Подходы, виды и технологии морально-психологическая подготовка специалистов-спасателей к действиям экстремальных условиях /Пр/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.3Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
2.4	Психологическая подготовка сотрудников силовых ведомств к вооруженному, силовому противостоянию и физическим нагрузкам. /Пр/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.3Л3.2 Э1 Э2	0	
2.5	Психологическая диагностика экстремальных способностей и подготовленности специалистов-спасателей и сотрудников силовых ведомств к действиям экстремальных условиях. /Пр/	9	6	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1 Э1 Э2	0	
2.6	Содержание, подходы и задачи психологической подготовки руководителей (начальников, командиров) к управлению подразделениями в экстремальных условиях. /Пр/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1Л3.1 Э1 Э2	0	

2.7	Практикум развития экстремально значимых характеристик личности специалистов-спасателей и сотрудников силовых ведомств /Пр/	9	4	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Э1 Э2	0	
Раздел 3.							
3.1	Подготовка к лекционным занятиям /Ср/	9	16	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2 Л2.3Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
3.2	Подготовка к семинарским занятиям /Ср/	9	24	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
3.3	Работа с литературой /Ср/	9	12	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
3.4	Выполнение домашних заданий /Ср/	9	10	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	
3.5	Подготовка к зачету /Ср/	9	14	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2	0	
3.6	/Экзамен/	9	36	ПК-7 ПК-2	Л1.1 Л1.2Л2.1 Л2.2Л3.1 Л3.2 Э1 Э2	0	

5. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ

Размещены в приложении

6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

6.1. Рекомендуемая литература

6.1.1. Перечень основной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л1.1	Козьяков Роман	Экстремальная психология	Москва: Директ-Медиа, 2013, http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=210575
Л1.2		Экстремальная деятельность человека	Москва: "СПОРТУНИВЕРГРУПП", 2014, http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=241906

6.1.2. Перечень дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
Л2.1	Столяренко А.М.	Психология и педагогика.: Учеб.	М: ЮНИТИ-ДАНА, 2016,
Л2.2	Столяренко Л.Д., Столяренко В.Е.	Психология и педагогика: учебник для академического бакалавриата	Москва: "Издательство Юрайт", 2016,
Л2.3	Шевченко А. М., Самыгин С. И.	Юридическая психология: Учебное пособие	Москва: Издательский Центр РИОР, 2017, http://znanium.com/go.php?id=594535

6.1.3. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
--	---------------------	----------	-------------------

	Авторы, составители	Заглавие	Издательство, год
ЛЗ.1	Харчевникова Е.В.	Психология стресса и стрессоустойчивого поведения: практикум	Хабаровск: Изд-во ДВГУПС, 2015;
ЛЗ.2	Чиж И. М., Баженов В. Г.	Экстремальная медицина: краткий курс	Москва: Издательский дом "Альфа-М", 2014, http://znanium.com/go.php?id=429025

6.2. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", необходимых для освоения дисциплины (модуля)

Э1	электронная версия книги Ю.С.Шойгу «Психология экстремальных ситуаций»	https://booksee.org/book/1353468
Э2	Личность в экстремальных условиях Лебедев В.И.	https://www.studmed.ru/view/lebedev-vi-lichnost-v-ekstremalnih-usloviyah_6a2058feee2.html

6.3 Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине (модулю), включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

6.3.1 Перечень программного обеспечения

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)

6.3.2 Перечень информационных справочных систем

Справочно-правовая система «Техэксперт/Кодекс» <https://cntd.ru/>

7. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ (МОДУЛЮ)

Аудитория	Назначение	Оснащение
3245	Учебная аудитория для проведения практических занятий, занятий семинарского типа	комплект учебной мебели, экран рулонный, компьютер, маркерная доска, тематические плакаты
3230	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа	ноутбук, интерактивная доска, учебная пластиковая доска, проектор, аудиосистема, комплект учебной мебели
3330	Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа	комплект учебной мебели: столы, стулья, аудиторная меловая доска, доска магнитно-маркерная

8. МЕТОДИЧЕСКИЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Проведение учебного процесса с применением дистанционных технологий. Применение лекционных, практических занятий и зачета (экзамена) возможно в дистанционной форме.

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.

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 «Психологическое обеспечение служебной деятельности» 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.