

МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ ХАБАРОВСКОГО КРАЯ
КРАЕВОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
«ХАБАРОВСКИЙ ТЕХНИКУМ ТЕХНОСФЕРНОЙ БЕЗОПАСНОСТИ И
ПРОМЫШЛЕННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ»

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ
ОП.01 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ**

Уровень образования основное общее образование

Форма обучения Очная

20.01.01 Пожарный

г. Хабаровск

2021 г.

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.01 Основы психологии экстремальных ситуаций, разработана на основе Федерального государственного образовательного стандарта среднего профессионального образования (далее – ФГОС СПО) по профессии 20.01.01 Пожарный.

Организация-разработчик: КГБ ПОУ СПО «Хабаровский техникум техносферной безопасности и промышленных технологий»

Разработчик:

Афанасьева М.И – преподаватель спецдисциплин

Рассмотрена и одобрена к утверждению на заседании предметно-цикловой комиссии «Техносферная безопасность»

Протокол № _____ от « ____ » _____ 20 ____ г.

Председатель ПЦК _____ (_____).

Согласовано на заседании методического совета

Протокол № _____ от « ____ » _____ 20 ____ г.

Председатель МС _____ (Линевич О. Г.).

СОДЕРЖАНИЕ

1. Паспорт программы учебной дисциплины	стр. 5
2. Структура и содержание учебной дисциплины	7
3. Условия реализации программы учебной дисциплины	11
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	12

1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.01 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины ОП.01 Основы психологии экстремальных ситуаций является частью программы подготовки квалифицированных рабочих и служащих (далее - ППКРС) в соответствии с ФГОС СПО по профессии 20.01.01 Пожарный .

1.2. Место дисциплины в структуре ППССЗ: учебная дисциплина ОП.01 Основы психологии экстремальных ситуаций входит в общепрофессиональный цикл ППКРС

1.3. Цели и задачи дисциплины – требования к результатам освоения дисциплины:

В результате освоения обязательной части дисциплины обучающийся должен уметь:

- оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику;
- оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;
- вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи.

В результате освоения обязательной части дисциплины обучающийся должен знать:

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- понятие Экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;
- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- признаки и алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;

- механизмы образования толпы;
- принципы профилактики образования толпы;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

Код	Наименование общих компетенций
ОК 01.	Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.
ОК 02.	Организовывать собственную деятельность, исходя из цели и способов ее достижения, определенных руководителем.
ОК 03.	Анализировать рабочую ситуацию, осуществлять текущий и итоговый контроль, оценку и коррекцию собственной деятельности, нести ответственность за результаты своей работы.
ОК 04.	Осуществлять поиск информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач.
ОК 05.	Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.
ОК 06.	Работать в команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, клиентами.
ОК 07.	Исполнять воинскую обязанность, в том числе с применением полученных профессиональных знаний (для юношей).

– ПК 1.4. Выполнять работы по спасению, защите и эвакуации людей и имущества.

- личностные результаты

Личностные результаты реализации программы воспитания (дескрипторы)	Код личностных результатов реализации Программы воспитания
Портрет выпускника ПОО	
Осознающий себя гражданином и защитником великой страны	ЛР 1
Готовый использовать свой личный и профессиональный потенциал для защиты национальных интересов России	ЛР 2
Демонстрирующий приверженность к родной культуре, исторической памяти на основе любви к Родине, родному народу, малой родине, принятию традиционных ценностей многонационального народа России	ЛР 3
Принимающий семейные ценности своего народа, готовый к созданию семьи и воспитанию детей; демонстрирующий неприятие насилия в семье, ухода от родительской ответственности, отказа от отношений со своими детьми и их финансового содержания	ЛР 4
Занимающий активную гражданскую позицию избирателя, волонтера,	ЛР 5

общественного деятеля	
Принимающий цели и задачи научно-технологического, экономического, информационного развития России, готовый работать на их достижение	ЛР 6
Готовый соответствовать ожиданиям работодателей: проектно мыслящий, эффективно взаимодействующий с членами команды и сотрудничающий с другими людьми, осознанно выполняющий профессиональные требования, ответственный, пунктуальный, дисциплинированный, трудолюбивый, критически мыслящий, нацеленный на достижение поставленных целей; демонстрирующий профессиональную жизнестойкость	ЛР 7
Признающий ценность непрерывного образования, ориентирующийся в изменяющемся рынке труда, избегающий безработицы; управляющий собственным профессиональным развитием; рефлексивно оценивающий собственный жизненный опыт, критерии личной успешности	ЛР 8
Уважающий этнокультурные, религиозные права человека, в том числе с особенностями развития; ценящий собственную и чужую уникальность в различных ситуациях, во всех формах и видах деятельности»	ЛР 9
Принимающий активное участие в социально значимых мероприятиях, соблюдающий нормы правопорядка, следующий идеалам гражданского общества, обеспечения безопасности, прав и свобод граждан России; готовый оказать поддержку нуждающимся	ЛР 10
Лояльный к установкам и проявлениям представителей субкультур, отличающий их от групп с деструктивным и девиантным поведением	ЛР 11
Демонстрирующий неприятие и предупреждающий социально опасное поведение окружающих	ЛР 12

1.4. Рекомендуемое количество часов на освоение программы дисциплины: максимальной учебной нагрузки обучающегося **66 часов**, в том числе: обязательной аудиторной учебной нагрузки обучающегося 44 часов; самостоятельной работы обучающегося 22 часов.

2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ **ОП.01 Психология экстремальных ситуаций.**

2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объём часов
Максимальная учебная нагрузка (всего)	66
Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)	44
в том числе:	
лекции	24
практические занятия	20
Самостоятельная работа обучающегося (всего)	22
<i>Итоговая аттестация в форме зачета с оценкой</i>	5 семестр

2.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины Психология экстремальных ситуаций

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, практические работы, самостоятельная работа обучающихся	Объем часов	Уровень освоения, ПК, ОК
<i>1</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>4</i>
Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций	Содержание учебного материала		
	1. Понятия чрезвычайной, экстремальной, и кризисной ситуации	1	<i>1</i> <i>ОК1-7</i> <i>ПК 1.4</i> <i>ЛР1-12</i>
	2. Субъекты экстремальных ситуаций (ЭС). Влияние ЭС на человека	1	
	Практическое занятие. Семинар на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, чрезвычайных ситуаций»	2	
	Самостоятельная работа обучающихся. Создание презентации на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, чрезвычайных ситуаций (ЧС)»	3	
Тема 2. Психологические особенности поведения населения при чрезвычайных ситуациях.	Содержание учебного материала		
	1. Психотравмирующие факторы ЧС и особенности поведенческих реакций личности в ЧС.	2	<i>1</i> <i>ОК1-7</i> <i>ПК 1.4</i> <i>ЛР1-12</i> <i>репродуктивный</i>
	2. Личность в экстремальной ситуации. Понятие группы, толпы, механизмы образования. Профилактика образования толпы	2	
	Практические занятия 1. Особенности развития нервнопсихических расстройств у участников ЧС 2. Оценка психического состояния пострадавших в ЧС	2	
	Самостоятельная работа обучающихся. Поиск реальных историй людей, пострадавших в ЧС	3	
	Тема 3. Психология стресса	Содержание учебного материала	
1. Стресс. История изучения и современные представления о стрессе		2	<i>1</i> <i>ОК1-7</i> <i>ПК 1.4</i> <i>ЛР1-12</i> <i>репродуктивный</i>
2. Психологический стресс. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса. Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса		2	
3. Виды реакций человека стресс. Отсроченные реакции на травматический стресс. Посттравматическое стрессовое расстройство		2	

	4. Система профилактики негативных последствий профессионального стресса.	2	
	Практические занятия 1. Определение стрессоустойчивости и типа темперамента. 2. Общий адаптационный синдром Г. Селье. 3. Изучение клинической картины острой реакции на стресс.	2	I OK1-7 ПК 1.4 ЛР1-12
	Самостоятельная работа обучающихся. – Стресс и утомление как основные группы психических функциональных состояний человека. – Проблема стресса и дистресса в профессиональной деятельности спасателя. – Психофизиологические основы стрессового механизма. – Проблема цели жизни по Г. Селье – Основные правила поведения в условиях стресса.	4	
Тема 4. Экстренная психологическая помощь	Содержание учебного материала		I OK1-7 ПК 1.4 ЛР1-12 продуктивный
	1. Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС.	2	
	Практические занятия 1. Помощь при острых реакциях на стресс (при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии) 2. Помощь при острых реакциях на стресс (двигательном возбуждении, нервной дрожи, гневе, злости, агрессии).	2	
	2. Психологическая реабилитация и социальная адаптация	2	
	Практические занятия 1. Самопомощь при острых реакциях на стресс 2. Ведение информационно-разъяснительной работы. Общение с пострадавшими	2	
	3. Сущность и виды психологической поддержки при деятельности в экстремальных ситуациях.	2	
	Практические занятия 1. Посттравматическое расстройство личности. 2. Оказание экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС 3. Психологическая устойчивость личности в экстремальной ситуации	2	

	Самостоятельная работа обучающихся. Реферат на тему «Этнокультурные особенности пострадавших»	5	
Тема 5 Психологическая составляющая профессиональной деятельности спасателя.	Содержание учебного материала		
	1. Профессиональное здоровье специалиста	1	<i>1 ОК1-7 ПК 1.4 ЛР1-12 репродуктивный</i>
	2. Психологическая основа личности спасателя	1	
	Практическое занятие. Профилактика профессионального выгорания и последствий стресса Использование приемов саморегуляции при профилактике профессионального выгорания	2	
	Самостоятельная работа обучающихся. Отработка методик аутогенных тренировок и саморегуляции	4	
Всего:	66		

Для характеристики уровня освоения учебного материала используются следующие обозначения:

1. – ознакомительный (узнавание ранее изученных объектов, свойств);
2. – репродуктивный (выполнение деятельности по образцу, инструкции или под руководством)
3. – продуктивный (планирование и самостоятельное выполнение деятельности, решение проблемных задач)

3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- учебно-наглядные пособия по дисциплине Психология экстремальных ситуаций

Технические средства обучения:

- компьютер, проектор, магнитофон.

3.2. Информационное обеспечение обучения.

Основные источники:

1. Ершова Д.А., Есаян М.Л. Экстренная психологическая помощь: курс лекций / Издательство: Северо-кавказский федеральный университет, 2017

2. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях: учеб. Пособие для студ. учреждений высш. проф. образования/ Н. Г. Осухова. – 5-е изд., перераб. И доп. – М.: Издательский центр «Академия», 2018. – 320 с.

3. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. – М.: Смысл, 2011. – 364 с.

Дополнительные источники:

1. Копытин А. И., Свистовская Е. Е. Арт-терапия детей и подростков. 2-е стереотип. Изд. – М.: «Когито - центр», 2014. – 197 с.

2. Копытин А. И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травматического стресса. – М.: Когито – Центр, 2014. -203 с.

3. Методы арт-терапевтической помощи детям и подросткам: отечественный и зарубежный опыт/ Под ред. А. И. Копытина.-М.: Когито – Центр, 2012. – 286 с.

4. Страх, паника, фобия: Краткосрочная терапия. – М.: Психотерапия, 2008. – 352 с.

5. Шапарь В.Б. Психология кризисных ситуаций. – Ростов н/Д.: Феникс, 2008. – 452 с.

6. Вопросы психологии экстремальных ситуаций, научно-практический журнал. - М., №3, 2014.

7. Психология катастроф: Учеб. Пособие для студентов вузов/ П. И. Сидоров, И. Г. Мосягин, С. В. Маруняк; под ред. П. И. Сидорова. – М.: Аспект Пресс, 2008. – 414с.

Интернет ресурсы:

1. Система федеральных образовательных порталов Информационно - коммуникационные технологии в образовании. [Электронный ресурс] – режим доступа: <http://www.ict.edu.ru> (2003-2012)

4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины осуществляется преподавателем в процессе проведения практических занятий и лабораторных работ, тестирования, а также выполнения обучающимися индивидуальных заданий, проектов, исследований.

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
Умения:	
Оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику его развития	Практические занятия, контроль самостоятельной работы обучающихся
Оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях	
Вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях	
Учитывать этно-культуральные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи	
Знания:	
Особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях	Практические занятия, контроль самостоятельной работы обучающихся, экзамен устный опрос
Систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях	
Факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях	
О влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях	
Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи	
Классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях	
Основные направления работы с различными группами пострадавших	
Общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях	
Алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации	
Признаки, алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс	
Механизмы образования толпы	
Принципы профилактики образования толпы	
Основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы	
Алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке	
О влиянии этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях	
Стадии развития общего адаптационного синдрома	
Виды стресса	
Механизм адаптации в экстремальной ситуации	
Механизмы накопления профессионального стресса	

Стадии формирования и симптомы профессионального выгорания	
Отсроченные последствия травматического стресса	
Этапы профессионального становления	
Основные виды профессиональных деформаций	
Принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса	