



| | | |
|--|--|---------------|
| Факультет | Истории и права | |
| Кафедра | Психологии и педагогики | |
| Направление подготовки | 44.03.05 Педагогическое образование (с двумя профилями подготовки) | |
| Направленность (профиль) | История и Право | |
| Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности | | Б1.В.ДВ.01.07 |

Министерство образования и науки Российской Федерации
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение
высшего образования
«Тульский государственный педагогический университет им. Л.Н. Толстого»
ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л.Н. Толстого»

УТВЕРЖДЕНА
на заседании Ученого совета университета
протокол № 8 от «31» августа 2017 г.

Рабочая программа дисциплины
«Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности»

Трудоемкость: 3 зачетные единицы
Квалификация выпускника: Бакалавр
Форма обучения: очная
Годы набора: 2013

Заведующий кафедрой психологии и педагогики

С.В. Пазухина

Декан факультета истории и права

Н.В. Лебединец

СОДЕРЖАНИЕ

| | |
|---|----|
| 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы | 3 |
| 2. Место дисциплины в структуре ОПОП специалитета | 3 |
| 3. Объем дисциплины и виды учебной работы | 3 |
| 4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических или астрономических часов и видов учебных занятий | 4 |
| 5. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине..... | 6 |
| 6. Фонд оценочных средств для проведения промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине..... | 7 |
| 6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы | 7 |
| 6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания | 7 |
| 6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы..... | 8 |
| 6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций..... | 9 |
| 7. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины..... | 11 |
| 7.1. Основная литература | 11 |
| 7.2. Дополнительная литература | 11 |
| 8. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины | 11 |
| 9. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины | 12 |
| 10. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем | 21 |
| 11. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине | 22 |
| 12. Аннотация рабочей программы дисциплины..... | 24 |
| 13. Лист регистрации изменений к рабочей программе дисциплины | 25 |

1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ, СООТНЕСЕННЫХ С ПЛАНИРУЕМЫМИ РЕЗУЛЬТАТАМИ ОСВОЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ

Достижение планируемых результатов обучения, соотнесенных с общими целями и задачами ОПОП, является целью освоения дисциплины (модуля).

| Планируемые результаты освоения образовательной программы (код и название компетенции) | Планируемые результаты обучения | Этапы формирования компетенции в процессе освоения образовательной программы |
|--|---|--|
| ПК-7 - способность организовать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности | <p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> • основные понятия психологической безопасности; • различные виды психологических угроз; • методы диагностики психологических состояний; • кризисные психологические состояния детей, подростков и взрослых; <p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> • определять потенциальные источники психологической угрозы; • противодействовать психологическим влияниям; • оказывать психологическую помощь пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях; <p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> • навыками коммуникативной компетентности; • способами повышения психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах. | В соответствии с учебным планом и планируемыми результатами освоения ОПОП |

2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОПОП СПЕЦИАЛИТЕТА

Дисциплина «Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности» относится к дисциплинам по выбору вариативной части программы и изучается в 5 семестре.

3. ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ И ВИДЫ УЧЕБНОЙ РАБОТЫ

| Вид учебной работы | Объем зачетных единиц / часов по формам обучения |
|---|--|
| Максимальная учебная нагрузка (всего) | 3/108 |
| Контактная работа обучающихся с преподавателем (всего) | 44 |
| в том числе: | |
| лекции | 16 |
| семинарские занятия | 26 |
| другие виды самостоятельной работы студента (КСРС) | 2 |
| Самостоятельная работа студента (всего) | 64 |
| в том числе: | |

| Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности | Б1.В.ДВ.01.07 | | | |
|--|---|----------------------------|-------------------|------------------------------------|
| внеаудиторная самостоятельная работа по подготовке к лекционным занятиям | 10 | | | |
| внеаудиторная самостоятельная работа при подготовке к семинарским и/или практическим занятиям | 38 | | | |
| выполнение заданий для самостоятельной работы в системе управления обучением MOODLE | 20 | | | |
| подготовка к зачету | 6 | | | |
| Промежуточная аттестация в форме зачета | | | | |
| 4. СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ, СТРУКТУРИРОВАННОЕ ПО ТЕМАМ (РАЗДЕЛАМ) С УКАЗАНИЕМ ОТВЕДЕННОГО НА НИХ КОЛИЧЕСТВА АКАДЕМИЧЕСКИХ ИЛИ АСТРОНОМИЧЕСКИХ ЧАСОВ И ВИДОВ УЧЕБНЫХ ЗАНЯТИЙ | | | | |
| Наименование тем (разделов). | Количество академических или астрономических часов по видам учебных занятий | | | |
| | Занятия лекционного типа | Занятия практического типа | Другие виды работ | Самостоятельная работа обучающихся |
| Тема 1. Общие представления об экстремальных ситуациях. | 2 | 2 | | 8 |
| Тема 2. Взаимодействие с экстремальными ситуациями в сфере деятельности. | 2 | 4 | | 8 |
| Тема 3. Психологические методы мобилизации в экстремальных ситуациях | 2 | 4 | | 6 |
| Тема 4. Основные стратегии поведения человека в экстремальных ситуациях | 2 | 4 | | 6 |
| Тема 5. Психологические реакции человека в экстремальных ситуациях | 2 | 4 | | 8 |
| Тема 6. Психологические последствия экстремальных ситуаций | 2 | 2 | | 6 |
| Тема 7. Деятельность и её безопасность. Экстремальные способности и экстремальная подготовленность человека | 2 | 4 | | 8 |
| Тема 8. Горе и утрата как психологическая проблема при переживании критических ситуаций | 2 | 2 | | 8 |
| Контроль самостоятельной работы студентов | | | 2 | |
| Подготовка к зачету | | | | 6 |
| ИТОГО | 16 | 26 | 2 | 64 |
| <p>Тема 1. Общие представления об экстремальных ситуациях. Предмет курса и основные понятия. Экстремальные ситуации и переживания. Принцип психологического единства личности и окружающего ее мира. Экстремальные ситуации: понятия и классификации. Отличительные особенности экстремальных ситуаций: по трудности, по степени и характеру угроз, опасностям, возможным последствиям, требованиям к подготовке и поведению людей. Классификация основных групп экстремальных ситуаций. Тенденции развития экстремальности жизни и деятельности людей. Экстремальные факторы окружающей среды и экстремальные состояния как сопряженные понятия.</p> <p>Тема 2. Взаимодействие с экстремальными ситуациями в сфере деятельности Психологический стресс как несоответствие возможностей личности требованиям среды (Р. Лаза-</p> | | | | |
| Тула | | | Страница 4 из 27 | |

рус). Когнитивная оценка при стрессе. Мотив самосохранения личности и его отличие от мотива самосохранения индивида.

Угроза в процессе развития стресса (Ч. Спилбергер).

Тревога, копинг и защитные механизмы. Крайние варианты нормы психофизической адаптации к экстремальным ситуациям.

Патология как форма приспособления организма к условиям существования. Выход за пределы адаптационных «лимитов», выработанный в процессе эволюции. Границы нормы и патологии. Защитные механизмы личности.

Тема 3. Психологические методы мобилизации в экстремальных ситуациях

Психологические аспекты в PR-технологиях и рекламе. Борьба со стрессом. Релаксация. Самовнушение.

Способы снятия эмоционального перенапряжения, преодоление чувства страха и неуверенности.

Аутотренинг.

Тема 4. Основные стратегии поведения человека в экстремальных ситуациях

Психология поведения человека в экстремальных ситуациях.

Понятие «совладание» с жизненными трудностями и экстремальными ситуациями. Процесс совладания и его этапы. Виды совладания. Ресурсы совладания: личностные, средовые, социальной поддержки.

Задачи совладания с экстремальными ситуациями: оценка и осмысление ситуации и ее последствий; противостояние стрессфакторам; необходимость поддержания отношений с социальным окружением; сохранение эмоционального баланса; сохранение и поддержание образа себя.

Тема 5. Психологические реакции человека в экстремальных ситуациях

Феноменология экстремальных ситуаций. Основные характеристики поведения людей в экстремальных ситуациях. Динамика аффективных реакций и поведения человека в зоне чрезвычайных ситуаций.

Предельные эмоциональные переживания. Тревога как фактор, влияющий на процесс переживания критических ситуаций. Общие представления о тревоге. Переживание горя при потере любимого человека или значительного объекта.

Переживание боли как квинтэссенция самоубийцы. Переживание смерти. Зачарованность смертью.

Комплекс вины за выживание и феномен виктимизации.

Тема 6. Психологические последствия экстремальных ситуаций

Травматический стресс. Травма, основные ее характеристики. Диссоциация как форма защиты психики от потенциального ущерба травматического воздействия. Синдром отчуждения, дереализация и деперсонализация как формы отчуждения.

Диссоциативные феномены. Эмпирические исследования диссоциативных феноменов. Роль диссоциации в совладании с психической травмой. Смысловая фрагментация личности и травматический стресс.

Психологические факторы ПТСР (Основные симптомы постстрессовых реакций), личностный смысл и его влияние на событие. Удвоение смыслов и травматический смысл как источник смыслового конфликта. Смыслоутратность.

Тема 7. Деятельность и её безопасность. Экстремальные способности и экстремальная подготовленность человека

Мотивация как психологический фактор, влияющий на безопасность труда. Экстремальные способности и подготовленность.

Экстремальная значимость социально-психологических свойств личности. Экстремальная значимость базовых психологических свойств личности.

Общая экстремальная устойчивость личности. Необходимость и основные виды экстремальной подготовленности человека.

Тема 8. Горе и утрата как психологическая проблема при переживании критических ситуаций

Понимание сущности психологических процессов при утрате. Пограничные признаки горя. Ход нормальных реакций горя.

Фазы переживания горя пострадавшим. Теория Э.Линдемана. Основные этапы психотерапии при утрате. Диагностика состояний. Особенности установления контакта.

Смерть и умирание. Стадии реакции пациента на известие об обнаружении у него неизлечимой болезни. Терминальная психотерапия, работа с умирающими.

5. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Самостоятельная работа обучающихся, направленная на углубление и закрепление знаний, а также развитие практических умений, повышение творческого потенциала студентов и заключается:

- в работе студентов с лекционным материалом, поиске и анализе литературы и электронных источников информации по заданной проблеме;
- в выполнении учебного проекта (индивидуального задания);
- в изучении теоретического материала к практическим занятиям;
- в выполнении заданий для самостоятельной работы в системе управления обучением MOODLE;
- в подготовке к экзамену.

Комплект учебно-методического сопровождения дисциплины (опорные конспекты лекций, методические рекомендации по выполнению практических занятий, электронный вариант РПД), доступен студентам в ЭБС, в системе управления обучением MOODLE, из локальной сети ФГБОУ ВО «ТГПУ им. Л. Н. Толстого» и с сайта университета из раздела «Электронное обучение» и может использоваться в процессе выполнения самостоятельной работы.

При подготовке к лекционным, практическим занятиям и лабораторным работам студентам доступны следующие учебно-методические ресурсы:

1. Учебно-методические материалы в модульной объектно-ориентированной динамической учебной среде Moodle.
2. Выходные данные учебников, учебно-методических, учебных пособий, электронных информационно-образовательных ресурсов и иных учебно-методических материалов, необходимых студентам для качественного освоения дисциплины и достижения планируемых результатов обучения:

Осухова, Н. Г. Психологическая помощь в трудных и экстремальных ситуациях [Текст] : учебное пособие для студ.вузов / Н. Г. Осухова. - 4-е изд.,испр.и доп. - М : Академия, 2010. - 288 с.

Гришина Н. В. Психология конфликта. 2-е изд. — СПб. : Питер, 2010 г. — 544 с. — Электронное издание. — ISBN 978-5-91180-895-2 (<http://ibooks.ru/reading.php?productid=21866>).

2. Овчинников Б. В., Костюк Г. П., Дьяконов И. Ф. Технологии сохранения и укрепления психического здоровья. Учебное пособие. – СПб: СпецЛит, 2010. – 303 с. — Электронное издание.

— ISBN 978-5-299-00447-2 (http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=105034)

- PsyJournals.ru [Электронный ресурс]: портал психологических изданий / ГОУ ВПО Московский городской психолого-педагогический университет. - М.: [б. и.], 2007. - Загл. с титул. экрана.-Б.ц.URL: <http://psyjournals.ru>

- Флогистон [Электронный ресурс]: информационный проект / К. Ефимов; А. Жичкина. - М. : [б. и.], 2003. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL: <http://flogiston.ru/library>

- Soc.Lib.ru - Электронная библиотека - Социология, Психология, Управление [Электронный ресурс] : сайт / М. Мошков. - М. : [б. и.], 2003. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL:<http://soc.lib.ru>

- Куб - КооВ.Ru [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Г. Ефимов ; В. Никонов. - М. : [б. и.], [2000]. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL:<http://www.koob.ru>

- Библиотека Гумер - Гуманитарные науки [Электронный ресурс] : сайт. - Б.м. : [s. n.], Б. г. -

Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL:<http://www.gumer.info/>

- Психпортал [Электронный ресурс] : портал / Изд. дом "Питер". - СПб. : [б. и.], 2001. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL: <http://psy.piter.com/> Универсальные базы данных East View [Электронный ресурс] : информационный ресурс / East View . – М., 2012. - Загл. с титул. экрана. - URL: www.ebiblioteka.ru

- Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : информационный портал / ООО "РУНЭБ", Санкт-Петербургский государственный университет. – М., 2010. - Загл. с титул. экрана. - URL: www.eLibrary.ru

6. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

6.1. Перечень компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения образовательной программы

Формирование компетенции «способность организовывать сотрудничество обучающихся, поддерживать их активность, инициативность и самостоятельность, развивать творческие способности» (ПК-7) осуществляется в несколько этапов в соответствии с учебным планом и планируемыми результатами освоения ОПОП.

6.2. Описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания

| Дескриптор компетенций | Показатели оценивания | Критерии оценивания |
|-------------------------------|---|--|
| Знания | Выпускник знает: основные понятия психологической безопасности; различные виды психологических угроз; методы диагностики психологических состояний; кризисные психологические состояния детей, подростков и взрослых; | Отметка «зачтено» выставляется, если студент в целом за семестр набрал от 41 до 100 баллов (с учетом баллов, набранных на промежуточной аттестации (зачете)). Отметка «не зачтено» выставляется, если студент в целом за семестр набрал менее 41 балла (с учетом баллов, набранных на промежуточной аттестации (зачете)). |
| Умения | Умеет: определять потенциальные источники психологической угрозы; противодействовать психологическим влияниям; оказывать психологическую помощь пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях; | |
| Навыки | Владеет навыками: коммуникативной компетентности; способами повышения психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах. | |

Процедура оценивания знаний, умений, навыков, характеризующих данный этап формирования компетенций, происходит по двухбалльной шкале с отметками «зачтено» или «не зачтено».

Отметка «зачтено» выставляется, если студент глубоко и прочно усвоил программный материал по курсу дисциплины «Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности», исчерпывающе, последовательно, четко и логически стройно его излагает, умеет тесно увязывать теорию с практикой, свободно справляется с задачами, вопросами и другими видами при-

менения полученных знаний на практике, причем не затрудняется с ответом при видоизменении заданий, использует в ответе материалы рекомендуемой литературы, правильно обосновывает принятое решение, владеет разносторонними навыками и приемами выполнения практических задач.

Отметка «не зачтено» выставляется, если студент не знает значительной части программного материала, допускает существенные ошибки, неуверенно, с большими затруднениями выполняет лабораторные и практические работы. Как правило, отметка «не зачтено» ставится студентам, которые не могут продолжить обучение без дополнительной подготовки по соответствующей дисциплине.

6.3. Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций в процессе освоения образовательной программы

ВОПРОСЫ К ЗАЧЁТУ

1. Психология экстремальных ситуаций как направление профессиональной психологии. Предмет курса и основные понятия.
2. Критические ситуации и критические состояния. Принцип психологического единства личности и окружающего ее мира.
3. Эксквизитные ситуации как исключительные. Виды эксквизитов: от проблемных к пограничным ситуациям. Механизм возникновения эксквизитных ситуаций (И.П. Павлов, Т. Липс, Г. Селье, Л.С. Выготский).
4. Жизненные трудности. Виды жизненных трудностей и их характеристики.
5. Переживание как единица взаимодействия личности и среды, представленная в развитии (Л.С. Выгодский). Переживание как процесс преодоления критических ситуаций. Типология критических ситуаций (Василюк Ф.Е.).
6. Амбивалентность чувственного переживания, когда один и тот же объект вызывает два противоположных чувства. Навязчивые (вынужденные) переживания, как переживания на мучительную, травмирующую ситуацию. Переживания, воспринимаемые субъектом как незавершенные или прерванные.
7. Преодоление как субъективная компонента функционального поведения (Маслоу А.). Понятие «угроза» как оценка ситуации как неблагоприятной для субъекта.
8. Стресс. Основные подходы к изучению стресса. Стресс как общий адаптационный синдром (Г.Селье).
9. Основные понятия стресса. Физиологические и психологические корреляты стресса. Субсиндромы стресса.
10. Психологический стресс. Интеракционная модель стресса Р. Лазаруса. Модель Ч.Спилбергера. Модели стресса С.Хобфолла.
11. Понятие «совладание с жизненными трудностями и экстремальными ситуациями» (копинг). Процесс совладания и его этапы. Виды совладания. Ресурсы совладания: - личностные, среды, социальной поддержки.
12. Стратегии и модели совладания с жизненными трудностями и экстремальными ситуациями. Стили реагирования в критической ситуации.
13. Травматический стресс. Травма, основные ее характеристики.
14. ПТСР, основные понятия, признаки. Диагностика ПТСР.
15. Психологический анализ ПТСР, тенденция вторжения и тенденция избегания.
16. Психологические факторы ПТСР. Личностный смысл и его влияние на событие. Смыслоутратность.
17. Диссоциация и посттравматический стресс. Диссоциативные феномены. Методики для оценки диссоциаций. Роль диссоциаций в совладании с психической травмой.
18. Принципы и методы в работе с ПТСР. Психотерапия в работе с ПТСР.
19. Виды кризисов (социогенные, психогенные, возрастные, экзистенциальные).

20. Концепция стадий жизненного цикла и кризиса идентификаций по Э. Эриксону. Теория экзистенциальных кризисов: смерть, свобода, изоляция и бессмысленность (И. Ялом).
21. Клинические проявления возрастных и экзистенциальных кризисов, нормальное и патологическое течение. Суицидальные кризисные состояния.
22. Кризисная психотерапия: цели, задачи, общие принципы, индивидуальная и групповая терапия, телефон доверия, группа поддержки.
23. Психотерапия при смерти и утрате близких. Симптоматология горя. Нормальная динамика горя и патологическое горе: понимание сущности психологических процессов при утрате. Пограничные признаки горя. Ход нормальных реакций горя.
24. Фазы переживания горя пострадавшим. Основные этапы психотерапии при утрате. Диагностика состояний. Особенности установления контакта.
25. Созависимость. Характеристики созависимости, стратегия коррекции. Дисфункциональная семья как почва зависимости и созависимости. Избавление от психологии жертвы. Отказ от контролирующего поведения.
26. Виды зависимости. Психологические особенности пациентов с зависимым поведением. Психологические механизмы формирования зависимости. Стратегия психотерапии психической зависимости.
27. Суициды, классификация их особенностей. Общие черты самоубийцы.
28. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и ситуациям.
29. Диссоциация как форма защиты психики от потенциального ущерба травматического воздействия.
30. Синдром отчуждения как способ защиты от травмирующей ситуации (множественность «Я»). Дерезализация и деперсонализация как формы отчуждения.

6.4. Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций

Процедура оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций, по дисциплине осуществляется на основе балльно-рейтинговой системы

Итоговая рейтинговая оценка студентов по дисциплине складывается из следующих составляющих:

1) За каждую тему студент может получить определенное количество баллов, выступая с устными докладами, с докладами, сопровождающимися компьютерными презентациями, выполняя рефераты, задания для самостоятельной работы и пр.

2) За выполнение индивидуального проекта каждый студент может получить максимум 10 баллов.

3) Обязательной формой текущей аттестации знаний является срезовая контрольная работа, которая проводится в форме теста. Максимальная оценка на срезовой контрольной работе (тесте) может составить 10 баллов.

4) На зачете ответ студента может быть максимально оценен в 20 баллов.

Примерная шкала БРС по дисциплине

| № п/п | Название блоков | Максимальная оценка в баллах |
|-------|---|------------------------------|
| 1 | Работа студента на практических занятиях, выполнение заданий для СРС, включая подготовку и сдачу реферата | 60 |
| 2 | Выполнение индивидуального проекта | 10 |
| 3 | Контрольная работа (прохождение тестирования) | 10 |
| 4 | Сдача зачета | 20 |
| | Итоговая максимальная балльная оценка | 100 |

Критерии оценивания ответа студента на зачете

16-20 баллов – студент демонстрирует глубокий, содержательный, логично выстроенный ответ. Осуществляется проблемное изложение материала. Широкое освещение вопроса, изложение последних достижений в изучаемой области. Показывает связь излагаемого материала с будущей профессиональной деятельностью. Формулирует обоснованные выводы, намечает перспективные линии в исследовании вопроса. Студент обобщает информацию по проблематике дисциплины; вырабатывает собственные дефиниции; синтезирует информацию, полученную в ходе изучения данной и смежных дисциплин, предлагает варианты решения проблем в нестандартных ситуациях путем самостоятельного обобщения имеющихся данных; проводит анализ особенностей взаимодействия с семьей по вопросам воспитания, обучения и развития детей, способен к использованию технологий социальной и психолого-педагогической поддержки семьи и др.

11-15 баллов - содержательный, логично выстроенный ответ. Представлено проблемное изложение материала, однако освещение отдельных позиций проведено недостаточно полно, бессистемно. Не всегда удачно связываются теоретические знания с будущей профессиональной деятельностью. Студент демонстрирует осознанное усвоение информации по предмету; способен синтезировать полученную информацию; способен проводить анализ особенностей взаимодействия с семьей по вопросам воспитания, обучения и развития детей, способен к использованию технологий социальной и психолого-педагогической поддержки семьи и др.

10-6 баллов – ответ неполный, непоследовательный. Отсутствует проблемность в изложении материала. Допускаются фактические неточности и ошибки в освещении теории вопроса. Связь с практикой упущена или представлена поверхностно. Выводы не всегда аргументированы, носят формальный характер. На наводящие вопросы студент отвечает не в полном объеме, демонстрирует механическое запоминание информации. В то же время студент способен проводить анализ некоторых особенностей взаимодействия с семьей по вопросам воспитания, обучения и развития детей, способен к использованию отдельных технологий социальной и психолого-педагогической поддержки семьи и др.

0-5 баллов - вопрос не раскрыт. Студент не способен к усвоению информации по проблематике дисциплины; не способен к синтезированию информации по проблематике дисциплины; не может провести анализ особенностей взаимодействия с семьей по вопросам воспитания, обучения и развития детей, не способен к использованию различных технологий социальной и психолого-педагогической поддержки семьи и др.

Максимальное число баллов, набранных студентом в течение семестра, может составлять 80 баллов, максимальное число баллов за промежуточную аттестацию – 20 баллов.

Итоговая максимальная балльная оценка – 100 баллов.

Для возможности сопоставления балльных и академических оценок действует следующая линейная шкала соответствия балльных и академических оценок.

| Баллы, набранные студентом в течение семестра (текущий контроль) | Баллы за промежуточную аттестацию (экзамен, зачет) | Общая сумма баллов за дисциплину в семестр | Оценка (отметка) на зачете |
|--|--|--|----------------------------|
| 77-80 | 0 – 20 | 81 – 100 | зачтено |
| 61-76 | 0 – 20 | 61 – 80 | зачтено |
| 41-60 | 0 – 20 | 41 – 60 | зачтено |
| 21-40 | 0 – 20 | 21 – 40 | не зачтено |
| < 21 | 0 – 20 | 0 – 40 | не зачтено |

7. ПЕРЕЧЕНЬ ОСНОВНОЙ И ДОПОЛНИТЕЛЬНОЙ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

7.1. Основная литература

1. Овчинников Б. В., Костюк Г. П., Дьяконов И. Ф. Технологии сохранения и укрепления психического здоровья. Учебное пособие. – СПб: СпецЛит, 2010. – 303 с. — Электронное издание. — ISBN 978-5-299-00447-2 (http://biblioclub.ru/index.php?page=book_view&book_id=105034)
2. Кашапов, М. М. Психология конфликта : учебник и практикум для академического бакалавриата / М. М. Кашапов. — 2-е изд., испр. и доп. — М. : Издательство Юрайт, 2017. — 184 с. — (Серия : Бакалавр. Академический курс). — ISBN 978-5-534-00683-4. <https://biblio-online.ru/book/F7D0D828-1548-47CF-8A37-7222B28CB95F>

7.2. Дополнительная литература

1. Гришина Н. В. Психология конфликта. 2-е изд. — СПб. : Питер, 2010 г. — 544 с. — Электронное издание. — ISBN 978-5-91180-895-2 (<http://ibooks.ru/reading.php?productid=21866>).

8. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

При осуществлении образовательного процесса используется следующее лицензионное программное обеспечение:

1. Подписка Microsoft DreamSpark Premium - Сублицензионный договор № S-2042626/M18 от 04.06.2013 г. действует до 01 июня 2016 г. включает: 1.1.Операционные системы Windows Vista Business, Windows 7 Professional, Windows 8 Pro, Windows 8.1 Pro, Windows 10 Ent; 1.2.Компоненты Office 2007, Office 2010, Office 2013 (Access, Visio, Project и др.).
2. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian – Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
3. Программное обеспечение Microsoft Office XP Professional Win32 Russian– Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
4. Программное обеспечение Microsoft Office Enterprise 2007 Russian - Лицензия №46138962 от 16.11.2009 г.
5. Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian – Лицензия №48497058 от 13.05.2011 г.
6. Программа для распознавания текста ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition лицензионный сертификат - код позиции AF90-3U1V25-102, ABBYY FineReader 9.0 Corporate Edition Volume License Concurrent от 28 июля 2009 г.
7. Электронный словарь ABBYY Lingvo X3 Европейская версия - Код позиции AL14-2U1V05-102, ABBYY Lingvo x3 Европейская версия. Именная лицензия Concurrent от 28 июля 2009 г.
8. Комплексная Система Антивирусной Защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 2 year Educational Renewal License – Лицензия № 1894-150512-101810 от 12-05-2015 г.
9. PsyJournals.ru [Электронный ресурс] : портал психологических изданий / ГОУ ВПО Московский городской психолого-педагогический университет. - М. : [б. и.], 2007. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL: <http://psyjournals.ru>
10. Флогистон [Электронный ресурс]: информационный проект / К. Ефимов; А. Жичкина. - М. : [б. и.], 2003. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL: <http://flogiston.ru/library>
11. Soc.Lib.ru - Электронная библиотека - Социология, Психология, Управление [Электронный ресурс] : сайт / М. Мошков. - М. : [б. и.], 2003. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL:<http://soc.lib.ru>
12. Куб - КооВ.Ру [Электронный ресурс]: электронная библиотека / Г. Ефимов ; В. Никонов. - М. : [б. и.], [2000]. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL:<http://www.koob.ru>

13. Библиотека Гумер - Гуманитарные науки [Электронный ресурс] : сайт. - Б.м. : [s. n.], Б. г. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL: <http://www.gumer.info/>

14. Психпортал [Электронный ресурс] : портал / Изд. дом "Питер". - СПб. : [б. и.], 2001. - Загл. с титул. экрана. - Б. ц. URL: <http://psy.piter.com/> Универсальные базы данных East View [Электронный ресурс] : информационный ресурс / East View. - М., 2012. - Загл. с титул. экрана. - URL: www.ebiblioteka.ru

15. Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс] : информационный портал / ООО "РУНЭБ", Санкт-Петербургский государственный университет. - М., 2010. - Загл. с титул. экрана. - URL: www.eLibrary.ru

9. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ

Методические указания студентам по организации СРС

1. Работа с лекционным материалом

Запись лекций ведется в произвольной форме. Это может быть стиль учебной программы (назывные предложения); некоторые студенты важнейшие мысли выделяют цветными фломастерами или применяют выделяющие подтемы боковые «фонарики». При этом слушателям важно стремиться к специальной предметной интерпретации сообщаемых общих знаний. Предполагаются и систематические возвращения к предыдущим текстам.

Необходима подготовка к слушанию лекции. Эта подготовка для студентов начинается с ознакомления с рабочей программой, с просмотра записей предыдущих лекций, восстановления в памяти их материала, с психологического настроя на предстоящую работу.

Слушание лекций - деятельность, в которой проявляется умение осмысленно воспринимать в записи получаемый материал. Лекционные записи помогают сосредотачивать внимание на главном, обдумывать и осмысливать услышанное, осознавать план и логику изложения преподавателем материала. Такая работа нередко, особенно поначалу, вызывает определенные трудности у студентов: некоторые стремятся записывать все дословно, другие пишут отрывочно, у третьих запись получается хаотичная. Чтобы избежать этих ошибок, целесообразно придерживаться **ряда правил.**

1. После записи ориентирующих и направляющих внимание данных (тема, цель, план лекции, рекомендованная литература) важно попытаться проследить, как они раскрываются в содержании, подкрепляются формулировками, доказательствами, а затем и выводами.

2. Записывать следует основные положения и доказывающие их аргументы, наиболее яркие примеры и факты, поставленные преподавателем вопросы для самостоятельной проработки.

3. Стремиться к четкости записи, ее последовательности, выделяя темы и подтемы, вопросы и подвопросы, используя цифровую и буквенную нумерацию (римские и арабские цифры, большие и малые буквы), красные строки, выделение абзацев, подчеркивание главного и т.д.

4. Форма записи материала может быть различной - в зависимости от специфики изучаемого предмета; уместны и свои краткие пояснения к записям.

5. Запись лекции лучше вести в сжатой форме, короткими и четкими фразами. Каждому студенту полезно выработать свою систему сокращений, в которой он мог бы разобрататься легко и безошибочно. Даже отлично записанная лекция предполагает дальнейшую самостоятельную работу над ней (осмысление ее содержания, логической структуры, выводов). Особенно важно в процессе самостоятельной работы над лекцией выделить новый понятийный аппарат, уяснить суть новых понятий, при необходимости обратиться к словарям и другим источникам, заодно устранив неточности в записях.

6. Работа над лекцией стимулирует самостоятельный поиск ответов на самые различные вопросы, в частности, над какими понятиями следует поработать, какие обобщения сделать, какой дополнительный материал привлечь.

Главным же средством, направляющим самообразование, является **выполнение различных заданий по тексту лекции**. Например, составить ее развернутый план или тезисы; ответить на вопросы проблемного характера, скажем, об основных тенденциях развития той или иной проблемы; наконец, придумать и составить проверочные тесты по проблеме, написать и «защитить» по ней реферат, сделать графические схемы.

Система работы над материалами лекций входит в систему выполнения определенных заданий по тексту лекций. Задания можно разделить на следующих три уровня.

- задания *репродуктивного* уровня: составить развернутый план обобщающей лекции, составить тезисы по материалам лекции;

- задания *продуктивного* уровня: ответить на вопросы проблемного характера, составить опорный конспект по схеме, выявить основные тенденции развития проблемы;

- задания *творческого* уровня: составить проверочные тесты по теме, защитить реферат и графические темы по данной проблеме.

2. Общий алгоритм подготовки к практическим занятиям.

Выбрав тему, студент должен:

- 1) составить свой план-график подготовки к практическому занятию (для приобретения широкого видения проблемы студент старается осмыслить ее объем);
- 2) познакомиться с содержанием темы по базовому учебному пособию или другой основной рекомендуемой литературе;
- 3) выявить основные идеи, раскрывающие данную проблему, сверить понятийную базу со справочниками, энциклопедией;
- 4) подготовить план-проспект раскрытия выбранной проблемы;
- 5) выявить неясные для себя вопросы и подобрать дополнительную литературу для их освещения;
- 6) составить тезисы выступления на отдельных листах для последующего внесения дополнений и подготовить доклад или реферат для сообщения на практическом занятии;
- 7) проанализировать собранный материал для дополнительной информации по темам практического занятия;
- 8) готовясь к выступлению на практическом занятии, по возможности проконсультироваться с преподавателем;
- 9) относиться к собранному материалу как к источнику будущих исследований.

Среди обязательных **требований к практическому занятию** - предварительное ознакомление с темой, содержанием и необходимой литературой.

Все перечисленные ниже формы организации занятий и методы обучения сочетают в себе традиционные и инновационные подходы в организации аудиторной и самостоятельной работы студентов по дисциплине.

Занятие лекционного типа - учебное аудиторное занятие, в процессе которого преподаватель(ли) устно систематически, последовательно излагает группе студентов содержание учебного материала по какой-либо проблеме, методу, теме вопроса в соответствии с учебно-тематическим планом изучаемой дисциплины.

Практическое занятие (занятие семинарского типа) – групповое учебное аудиторное практико-ориентированное занятие студентов, проводимое под руководством преподавателя как правило с использованием интерактивных методов обучения по заранее оговоренной тематике и определенному кругу вопросов. В настоящей рабочей программе указан перечень вопросов к соответствующим занятиям по темам и перечислены информационные ресурсы для их подготовки.

Тренинг - форма активного обучения, направленная на развитие знаний, умений, навыков и социальных установок.

Круглый стол – модель обсуждения определенной проблемы, с целью обобщения идей и мнений участников обсуждения. В основе круглого стола лежит свободная дискуссия, т.е. обсуждение некоторого спорного вопроса, в котором каждая сторона, оппонировав мнение собеседника, аргументирует свою позицию. В рабочей программе определена примерная тематика для проведения круглых столов в соответствующих темах.

Ролевая игра – создание в игровой форме типичных ситуаций и нахождение в них практических решений поставленной задачи или обсуждаемой проблемы. В качестве ролевой игры предлагается проведение секционных заседаний конференции, где имеется широкое поле для исполнения роли руководителя секции, представителей различных стран и научных школ и направлений. Тематика секционных заседаний может быть расширена. Также предложена ролевая игра в форме проведения различных тренингов.

Проект - это уникальная деятельность, направленная на воплощение замысла, идеи, образа в форму описания, обоснования, раскрывающую сущность замысла и возможность его практической реализации. В качестве проекта могут выступать: листовки, плакаты, рекламные ролики, видеоклипы, литературное и музыкальное произведения. Примерная тематика проекта приводится выше.

Презентация – публичное представление оригинального исследования по заданной теме, предусматривающее сопровождение выступления аудиовизуальными средствами. Может представляться как в электронном виде (в формате Power Point), так и с помощью иных наглядных средств. Эта форма работы предполагает индивидуальное или групповое участие в создании презентации.

Доклад – это развернутое устное сообщение на какую-либо тему, сделанное публично. Он является разновидностью самостоятельной научной работы аспиранта. Тему для доклада целесообразно согласовывать с научным руководителем.

Аналитический отчет - глубокое исследование определенной проблемы. Аналитический отчет должен иметь четкую структуру, которая обычно включает титульный лист; содержание; введение; основная часть; заключение; список литературы; приложения.

Титульный лист - это главная страница вашей работы. Укажите информацию об исполнителе отчета. В содержании укажите информацию о структуре отчета с нумерацией соответствующих страниц. Во введении поясните сразу несколько пунктов: актуальность данной работы, анализ источников получения информации по теме, методы, согласно которым был составлен отчет. Также расскажите о целях и задачах, поставленных в рамках выполнения отчета.

Оформляйте основную часть, разбив ее на несколько разделов (каждый должен включать в себя подразделы). В каждом пункте максимально четко, логично, последовательно излагайте материал по теме, используя разные источники. При этом не забывайте указывать необходимые ссылки.

В заключение включайте краткую информацию о проведенных исследованиях, а также собственные выводы. В списке литературы источники, использованные для составления отчета, пишите в алфавитном порядке. Включите в приложения объемную информацию, которая рассматривалась при составлении отчета. Аналитический отчет, исходя из сути своего названия, обязан представлять собой развернутый анализ то или иной темы. Для этого проводите сравнения, выстраивайте параллели, делайте из этого выводы.

Реферат - это самостоятельная научно-исследовательская работа обучающегося, где автор раскрывает суть исследуемой проблемы; приводит различные точки зрения, а также собственные взгляды на нее. Содержание материала должно быть логичным, изложение материала носить проблемно-поисковый характер.

Эссе – очерк, прозаическое сочинение свободной композиции и небольшого объема, трактующий различные проблемы в свободной форме. Является составной частью портфолио студента по дисциплине.

Тест – стандартизированные знания, результат выполнения которых позволяет измерить знания, умения и навыки испытуемого. Разработанные тесты ориентированы не на форму представления знаний, а на оценивание достижений студентов с позиции творчества, с позиции способности к самостоятельной поисковой работе.

4. Подготовка к зачету.

Зачет по дисциплине включает следующие взаимосвязанные составляющие:

1. теоретический вопрос по дисциплине;
2. индивидуальный проект;

3. портфолио работ студентов по дисциплине (задания для самостоятельной работы).

Примерная тематика практических занятий

Тема 1. Общие представления об экстремальных ситуациях.

План занятия

Экстремальные ситуации и переживания.

Принцип психологического единства личности и окружающего ее мира.

Экстремальные ситуации: понятия и классификации.

Отличительные особенности экстремальных ситуаций: по трудности, по степени и характеру угроз, опасностям, возможным последствиям, требованиям к подготовке и поведению людей.

Классификация основных групп экстремальных ситуаций.

Тенденции развития экстремальности жизни и деятельности людей.

Экстремальные факторы окружающей среды и экстремальные состояния как сопряженные понятия.

Тема 2. Взаимодействие с экстремальными ситуациями в сфере деятельности

План занятия

Психологический стресс как несоответствие возможностей личности требованиям среды (Р. Лазарус).

Когнитивная оценка при стрессе.

Мотив самосохранения личности и его отличие от мотива самосохранения индивида.

Угроза в процессе развития стресса (Ч. Спилбергер).

Тревога, копинг и защитные механизмы.

Крайние варианты нормы психофизической адаптации к экстремальным ситуациям.

Патология как форма приспособления организма к условиям существования.

Выход за пределы адаптационных «лимитов», выработанный в процессе эволюции.

Границы нормы и патологии. Защитные механизмы личности.

Тема 3. Психологические методы мобилизации в экстремальных ситуациях

План занятия

Психологические аспекты в PR-технологиях и рекламе.

Борьба со стрессом. Релаксация. Самовнушение.

Способы снятия эмоционального перенапряжения, преодоление чувства страха и неуверенности.

Аутотренинг.

Тема 4. Основные стратегии поведения человека в экстремальных ситуациях

План занятия

Психология поведения человека в экстремальных ситуациях.

Понятие «совладание» с жизненными трудностями и экстремальными ситуациями.

Процесс совладания и его этапы. Виды совладания.

Ресурсы совладания: личностные, средовые, социальной поддержки.

Задачи совладания с экстремальными ситуациями: оценка и осмысление ситуации и ее последствий; противостояние стрессфакторам;

Необходимость поддержания отношений с социальным окружением; сохранение эмоционального баланса; сохранение и поддержание образа себя.

Тема 5. Психологические реакции человека в экстремальных ситуациях

План занятия

Феноменология экстремальных ситуаций.

Основные характеристики поведения людей в экстремальных ситуациях.

Динамика аффективных реакций и поведения человека в зоне чрезвычайных ситуаций.

Предельные эмоциональные переживания.

Тревога как фактор, влияющий на процесс переживания критических ситуаций.

Общие представления о тревоге.

Переживание горя при потере любимого человека или значительного объекта.

Переживание боли как квинтэссенция самоубийцы.

Переживание смерти. Зачарованность смертью.

Комплекс вины за выживание и феномен виктимизации.

Тема 6. Психологические последствия экстремальных ситуаций

План занятия

Травматический стресс.

Травма, основные ее характеристики.

Диссоциация как форма защиты психики от потенциального ущерба травматического воздействия.

Синдром отчуждения, дереализация и деперсонализация как формы отчуждения.

Диссоциативные феномены. Эмпирические исследования диссоциативных феноменов.

Роль диссоциации в совладании с психической травмой.

Смысловая фрагментация личности и травматический стресс.

Психологические факторы ПТСР (Основные симптомы постстрессовых реакций), личностный смысл и его влияние на событие.

Удвоение смыслов и травматический смысл как источник смыслового конфликта. Смыслоутраченность.

Тема 7. Деятельность и её безопасность. Экстремальные способности и экстремальная подготовленность человека

План занятия

Мотивация как психологический фактор, влияющий на безопасность труда.

Экстремальные способности и подготовленность.

Экстремальная значимость социально-психологических свойств личности.

Экстремальная значимость базовых психологических свойств личности.

Общая экстремальная устойчивость личности.

Необходимость и основные виды экстремальной подготовленности человека.

Тема 8. Горе и утрата как психологическая проблема при переживании критических ситуаций

План занятия

Понимание сущности психологических процессов при утрате.

Пограничные признаки горя. Ход нормальных реакций горя.

Фазы переживания горя пострадавшим. Теория Э.Линдемана.

Основные этапы психотерапии при утрате.

Диагностика состояний. Особенности установления контакта.

Смерть и умирание.

Стадии реакции пациента на известие об обнаружении у него неизлечимой болезни.

Терминальная психотерапия, работа с умирающими.

Типовые контрольные задания или иные материалы, необходимые для текущей оценки знаний, умений, навыков и, и критерии их оценивания

ТИПОВЫЕ ТЕСТОВЫЕ ЗАДАНИЯ

(оценивание знаниевого компонента компетенции)

ПРИМЕРНАЯ ТЕМАТИКА РЕФЕРАТОВ

(оценивание знаний и умений)

Темы докладов

1. Отношение человека к неблагоприятным жизненным событиям и ситуациям.
2. Современные представления об экстремальных ситуациях.
3. Познавательная деятельность человека в экстремальных условиях и в условиях измененной

информационной среды.

4. Общение в экстремальных условиях.
5. Интеракционная модель стресса Р. Лазаруса.
6. Модели стресса С. Хобфолла.
7. Концептуальные и методологические проблемы исследования тревоги Ч. Спилберга.
8. Функциональный подход к изучению состояния тревоги В.М. Астапова.
9. Тревога, страх и ожидание в работе Ч. Рикрофта.
10. Синтез теорий тревожности в работе Р.Мэйо.
11. Методы диагностики посттравматического стрессового расстройства.
12. Экзистенциальная изоляция.
13. Смысл. Кризис бессмысленности. Две стадии синдрома бессмысленности.
14. Решение и вина. Защитные механизмы, способствующие избеганию решения.
15. Воля, ответственность и действие. Желание и действие. Отвращение как фрустрация желания.
16. Психотерапии ПТСР.
17. Психологический дебрифинг.

Темы рефератов.

1. Современные представления о личности в экстремальных ситуациях
2. Психологический стресс
3. Психологические теории тревоги и тревожности
4. Методы и формы психологической работы с травматическим опытом
5. Экзистенциальные переживания в преодолении кризисных ситуаций
6. Психология в PR–технологиях, рекламе.
7. Психологические методы мобилизации в экстремальных ситуациях.
8. Оценка уровня развития адаптационных способностей личности
9. Психология поведения человека в экстремальных ситуациях.
10. Проблема суицида в современном обществе.
11. Диагностика и измерение психических состояний личности
12. Стратегии и модели преодолевающего поведения.
13. Психологическая готовность к риску
14. Психологическая помощь пострадавшим.

Промежуточный контроль

Текущий контроль: периодическая проверка конспектов лекций.

Промежуточный контроль - **контрольная работа №1**. Варианты:

1. Понятие экстремальной ситуации. Классификация основных групп экстремальных ситуаций.
2. Защитные механизмы личности. Способы снятия эмоционального перенапряжения, преодоление чувства страха и неуверенности.
3. Психология поведения человека в экстремальных ситуациях. Предельные эмоциональные переживания.

Контрольная работа № 2. Варианты:

1. Кризисные психологические состояния. Травма, основные ее характеристики.
2. Экстремальные способности и подготовленность. Психологическая помощь пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях.
3. Способами повышения психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах.

Задания для самостоятельной работы

I. Работа над понятиями предполагает знакомство студентов с определениями по книгам и словарям. При этом необходимо выбрать определение, наиболее полно отражающее содержание того или иного понятия и аргументировать свой выбор.

1. Ситуация, критическая ситуация, эксклюзивная ситуация, экстремальная ситуация,

- проблемная ситуация, жизненные трудности, катастрофа, бедствие, беспомощность.
2. Переживание, преодоление, фрустрация, конфликт, тревога, угроза, опасность, констелляция.
 3. Стресс, дистресс, ОАС, эмоциональный стресс, невроз, субсиндром, стрессор, оценка первичная и вторичная, требования среды, возможности личности, трудность, состояние дисбаланса, психологический стресс.
 4. Совладание, ресурсы, личностные ресурсы, социальные ресурсы, доступные ресурсы, стратегия совладания.
 5. ПТСР, травматический стресс, травма, «вщемление» аффекта, отчуждение, фиксация на травме, премордит, смыслоутратность, принцип нормализации.
 6. Кризис, противоречия, разрушительные тенденции, стадия предкритическая, собственно критическая, посткритическая, экзистенциальные переживания.
 7. Горе, утрата, страдание, чувство вины, смысл, оглушенность, терминальный, измененное сознание.
 8. Созависимость, зависимость, аддиктивное поведение, аддикт, деструктивный, антисоциальный.
 9. Суицид, суицидность, выключение сознания, душевная боль, безнадежность, амбивалентность, сужение когнитивной сферы, туннельное сознание, эгрессия.
- II. Докажите, что:
1. Переживанием является внутреннее отношение человека к чему-либо.
 2. Степень сохранности личности после выхода из критической ситуации зависит от того, какой тип переживаний на данный момент является доминирующим.
 3. Стресс характеризуется активацией резервов организма.
 4. Навязчивые переживания являются переживаниями на травмирующую ситуацию и направлены на попытку разрешения невозможной проблемы.
 5. Диссоциативные феномены направлены на совладание с психической травмой.
 6. Интеграция опыта травмы является основным условием психотерапии при ПТСР.
 7. Туннельное сознание является особенностью когнитивной сферы при суициде.
- Для доказательства надо использовать следующий алгоритм: а) дать определение того, что надо доказать; б) выявить, исходя из определения, основные направления поиска доказательства; в) найти согласно этим направлениям конкретно-жизненные факты доказательства.
- III. Сравните:
1. Проблемные и пограничные ситуации.
 2. Переживание и преодоление.
 3. Кризис и конфликт.
 4. Опасность и угрозу.
 5. Склонность к риску и готовность к риску.
 6. Совладание с жизненными трудностями и защитные механизмы.
 7. Теории - Г. Селье (физиологический стресс) и Дж. Лазаруса (психологический стресс).
 8. Модели психологического стресса Спилбергера Ч. и Хобфолла С.
 9. Тенденции вторжения и избегания при ПТСР.
 10. Травматический стресс и стресс.
 11. Кризисы возрастные и экзистенциальные.
 12. Переживание при утрате и переживание при суициде.
- При сравнении необходимо использовать следующий алгоритм: а) дать определение сравниваемых психологических понятий; б) выделить, исходя из определения, параметры сравнения; в) установить общее и различное между сравниваемыми психологическими понятиями.

Портфолио по дисциплине может включать реферат, индивидуальный проект, эссе, аннотацию статьи по психологии семьи и семейного воспитания и другие выполненные задания для самостоятельной работы

Оценивание эссе

| Критерий | Требования к студенту | Максимальное количество баллов |
|--|---|--------------------------------|
| Знание и понимание теоретического материала. | - определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; - используемые понятия строго соответствуют теме; - самостоятельность выполнения работы. | 1 балл |
| Анализ и оценка информации | - грамотно применяет категории анализа; - умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; - способен объяснить альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и прийти к сбалансированному заключению; - диапазон используемого информационного пространства (студент использует большое количество различных источников информации); - обоснованно интерпретирует текстовую информацию с помощью графиков и диаграмм; - дает личную оценку проблеме; | 1 балл |
| Построение суждений | - ясность и четкость изложения; - логика структурирования доказательств - выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией; - приводятся различные точки зрения и их личная оценка. - общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемной научной статьи. | 1 балл |
| Максимальное количество баллов: | | 3 |

Оценивание составленного студентом тезауруса понятий

| Критерий | Требования к студенту | Максимальное количество баллов |
|--|---|--------------------------------|
| Знание и понимание теоретического материала. | - определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; - используемые понятия строго соответствуют теме; - самостоятельность выполнения работы. | 1 балл |
| Максимальное количество баллов: | | 1 |

Оценивание доклада / сообщения

| Критерий | Требования к студенту | Максимальное количество баллов |
|---|--|--------------------------------|
| Знание и понимание теоретического материала | Полнота раскрытия темы Последовательность Доступность, ясность излагаемого материала Связь теоретического материала с практикой | 3 балла |

| Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности | | Б1.В.ДВ.01.07 |
|---|--|--------------------------------|
| | Наличие примеров Логическая завершенность выступления Формулирование выводов | |
| Умение излагать материал в ходе публичного выступления | Культура речи Четкость дикции Темп изложения Свободное изложение материала без опоры на конспект | 1 балл |
| Ответы на вопросы | Умение аргументировать свою позицию Четкость ответов на поставленные вопросы Быстрота ориентации в теоретическом материале | 1 балл |
| Максимальное количество баллов: | | 5 |
| Оценивание выполненных студентами письменных работ | | |
| Критерий | Требования к студенту | Максимальное количество баллов |
| Знание и понимание теоретического материала | Полнота раскрытия темы Связь теоретического материала с практикой Наличие примеров Логическая завершенность Наличие выводов | 3 балла |
| Умение представить работу в виде устной презентации | Структура устной презентации Использование различных форм подачи информации (текст, таблицы, схемы, графики). Лаконичность и доступность изложения, соответствие устному сообщению. Грамотность Не перегруженность информацией Творческий подход. | 2 балла |
| Максимальное количество баллов: | | 5 |
| Оценивание устного отчета о СРС в процессе собеседования | | |
| Критерий | Требования к студенту | Максимальное количество баллов |
| Способность проводить критический анализ | Умение правильно использовать полученные теоретические знания для проведения анализа выполненных упражнений и заданий Полнота проведенного анализа Тщательность анализа Критерии анализа Последовательность изложения Доказательность Аргументированность Умение обосновывать свою позицию, выводы Логическая завершенность Наличие выводов | 3 балла |
| Максимальное количество баллов: | | 3 |
| Оценивание реферата | | |
| Тула | | Страница 20 из 27 |

| Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности | | Б1.В.ДВ.01.07 |
|--|--|--------------------------------|
| Критерий | Требования к студенту | Максимальное количество баллов |
| Знание и понимание теоретического материала | <ul style="list-style-type: none"> - определяет рассматриваемые понятия четко и полно, приводя соответствующие примеры; - используемые понятия строго соответствуют теме; - самостоятельность выполнения работы | 1 балла |
| Анализ и оценка информации | <ul style="list-style-type: none"> - грамотно применяет категории анализа; - умело использует приемы сравнения и обобщения для анализа взаимосвязи понятий и явлений; - способен объяснить альтернативные взгляды на рассматриваемую проблему и прийти к сбалансированному заключению; - диапазон используемого информационного пространства; - дает личную оценку проблеме | 2 балла |
| Построение суждений | <ul style="list-style-type: none"> - ясность и четкость изложения; - логика структурирования доказательств; - выдвинутые тезисы сопровождаются грамотной аргументацией; - приводятся различные точки зрения и их личная оценка; - общая форма изложения полученных результатов и их интерпретации соответствует жанру проблемного научного реферата | 1 балл |
| Оформление работы | <ul style="list-style-type: none"> - работа отвечает основным требованиям к оформлению и использованию цитат; - оформление текста с полным соблюдением правил русской орфографии и пунктуации; - соответствие формальным техническим требованиям оформления научного текста. | 1 балл |
| Максимальное количество баллов: | | 5 |

10. ПЕРЕЧЕНЬ ИНФОРМАЦИОННЫХ ТЕХНОЛОГИЙ, ИСПОЛЬЗУЕМЫХ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ, ВКЛЮЧАЯ ПЕРЕЧЕНЬ ПРОГРАММНОГО ОБЕСПЕЧЕНИЯ И ИНФОРМАЦИОННЫХ СПРАВОЧНЫХ СИСТЕМ

При осуществлении образовательного процесса по дисциплине используются информационные технологии, охватывающие ресурсы (компьютеры, программное обеспечение и се-ти), необходимые для управления информацией (создание, хранение, управление, передача и поиск информации):

- технические средства: компьютерная техника и средства связи (ноутбук, проектор, экран, USB-накопители и т.п.);

- коммуникационные средства (проверка домашних заданий и консультирование посредством электронной почты, личного кабинета студента и преподавателя, видеотрансляций);

- организационно-методическое обеспечение (электронные учебные и учебно-методические материалы, компьютерное тестирование, использование электронных мульти-медийных презентаций при проведении лекционных и практических занятий); - программное обеспечение (Microsoft Office (Excel, Power Point, Word и т.д.), Skype, поисковые системы, электронная почта и т.п.);

При осуществлении образовательного процесса используется следующее лицензионное

программное обеспечение:

1. Подписка Microsoft DreamSpark Premium - Сублицензионный договор № S-2042626/M18 от 04.06.2013 г. действует до 01 июня 2016 г. включает: 1.1.Операционные системы Windows Vista Business, Windows 7 Professional, Windows 8 Pro, Windows 8.1 Pro, Windows 10 Ent;
1.2.Компоненты Office 2007, Office 2010, Office 2013 (Access, Visio, Project и др.).
2. Операционная система Microsoft Windows XP Professional Russian – Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
3. Программное обеспечение Microsoft Office XP Professional Win32 Russian– Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
4. Программное обеспечение Microsoft Office Enterprise 2007 Russian - Лицензия №46138962 от 16.11.2009 г.
5. Операционная система Microsoft Windows Professional 7 Russian – Лицензия №48497058 от 13.05.2011 г.
6. Программа для распознавания текста АБВУ FineReader 9.0 Corporate Edition лицензионный сертификат - код позиции AF90-3U1V25-102, АБВУ FineReader 9.0 Corporate Edition Volume License Concurrent от 28 июля 2009 г.
7. Электронный словарь АБВУ Lingvo X3 Европейская версия - Код позиции AL14-2U1V05-102, АБВУ Lingvo x3 Европейская версия. Именная лицензия Concurrent от 28 июля 2009 г.
8. Комплексная Система Антивирусной Защиты Kaspersky Endpoint Security для бизнеса – Стандартный Russian Edition. 500-999 Node 2 year Educational Renewal License – Лицензия № 1894-150512-101810 от 12-05-2015 г.

Обучающимся обеспечен доступ к следующим современным профессиональным базам данных и информационным справочным системам:

1. Компьютерная информационно-правовая система «Гарант» - регистрационный номер клиента 71-70685-000033.
2. Официальный интернет-портал правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.
4. Портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>.
5. Среда электронного обучения ТГПУ им. Л.Н. Толстого <http://moodle.tsput.ru>.

11. ОПИСАНИЕ МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЙ БАЗЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Для проведения занятий по дисциплине имеются:

1. Специальные помещения - учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, которые оборудованы специализированной мебелью и в которых имеется стационарный мультимедийный комплекс.
2. Учебные аудитории для проведения занятий лекционного типа, занятий практического типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, которые оборудованы специализированной мебелью и в которых имеется возможность использования переносного мультимедийного комплекса. Демонстрационное оборудование хранится на кафедре психологии и педагогики. Профилактическое обслуживание оборудования осуществляют работники ЦТТиДО.
3. Для проведения занятий лекционного типа используются наглядные средства обучения / учебно-наглядные пособия / компьютерные презентации и т.п., обеспечивающие тематические иллюстрации по темам дисциплины.
4. Лаборатория психодиагностики оснащена компьютерной техникой, имеет доску магнитно-маркерную с комплектом аксессуаров, психодиагностический инструментарий

ИМАТОН и др.

5. Помещение для самостоятельной работы обучающихся - кабинет самостоятельной работы по психологии оснащен компьютерной техникой с возможностью выхода в Интернет и обеспечения доступа в электронную информационно-образовательную среду университета, имеет книжный фонд, научные работы преподавателей университета, периодические издания.

12. АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ

1. Планируемые результаты обучения при освоении дисциплины, соотнесенные с планируемыми результатами освоения образовательной программы.

В результате освоения дисциплины у студента должна быть сформирована следующая компетенция: ПК-7: способность организовать сотрудничество обучающихся, поддерживать активность и инициативность, самостоятельность обучающихся, развивать их творческие способности.

В результате освоения дисциплины студент должен приобрести:

Знания основных понятий психологической безопасности; различных видов психологических угроз; методов диагностики психологических состояний; кризисных психологических состояний детей, подростков и взрослых;

Умения определять потенциальные источники психологической угрозы; противодействовать психологическим влияниям; оказывать психологическую помощь пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях;

Владение навыками коммуникативной компетентности; способами повышения психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах.

2. Место дисциплины в структуре ОПОП.

Дисциплина «Экстремальная ситуация: психологическая готовность к опасности» относится к дисциплинам по выбору вариативной части программы и изучается в 5 семестре.

3. Объем дисциплины 3 зачетные единицы.

4. Образовательный процесс осуществляется на русском языке.

5. Разработчики: к.псх.н, доцент Долгополов И.В., старший преподаватель Забелина А.В.

13. ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ

В рабочую программу внесены изменения в части обновления состава лицензионного программного обеспечения, профессиональных баз данных и информационно-справочных систем, к которым должен быть обеспечен доступ обучающимся, и перечня основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины.

Решение Ученого совета университета, протокол № 2 от 16 февраля 2017 года.

ЛИСТ РЕГИСТРАЦИИ ИЗМЕНЕНИЙ К РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЕ ДИСЦИПЛИНЫ**2017-2018 учебный год****Обновлен состав необходимого комплекта лицензионного программного обеспечения:**

1. Операционная система MicrosoftWindows XP ProfessionalRussian – Лицензия № 16698685 от 08.08.2003 г.
2. Операционная система MicrosoftWindowsProfessional 7 Russian – Лицензия №48497058 от 13.05.2011 г., договор № Пр/16/6 от 05 апреля 2016 года.
3. Операционная система MicrosoftWindows 10 ProfessionalRussian - контракт № ПР/ФЕН/15/18 от 23.10.2015 г., договор № Пр/16/6 от 05 апреля 2016 года.
4. Программное обеспечение MicrosoftOfficeEnterprise 2007 Russian - Лицензия №46138962 от 16.11.2009 г.
5. Программное обеспечение MicrosoftOffice 2013 Professional - контракт № 405535 от 2 ноября 2015 года, контракт № ПР/ФЕН/15/18 от 23.10.2015 г.
6. Программа для распознавания текста ABBYY FineReader 9.0 CorporateEdition лицензионный сертификат - код позиции AF90-3U1V25-102, ABBYY FineReader 9.0 CorporateEditionVolumeLicenseConcurrent от 28 июля 2009 г.
7. Электронный словарь ABBYY Lingvo X3 Европейская версия - Код позиции AL142U1V05-102, ABBYY Lingvo x3 Европейская версия. Именная лицензия Concurrent от 28 июля 2009 г.
8. Комплексная Система Антивирусной Защиты KasperskyEndpointSecurity для бизнеса – Стандартный RussianEdition. 500-999 Node 2 yearEducationalRenewalLicense – Лицензия № 17E0-170518-102844-823-690 от 18-05-2017 г.

Обновлен состав современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, к которым обеспечен доступ обучающимся:

1. Компьютерная информационно-правовая система «Гарант» - регистрационный номер клиента 71-70685-000033.
2. Официальный интернет-портал базы данных правовой информации <http://pravo.gov.ru>.
3. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования <http://fgosvo.ru>.
4. Портал «Информационно-коммуникационные технологии в образовании» <http://www.ict.edu.ru>.
5. WebofScienceCoreCollection – политематическая реферативно-библиографическая и наукометрическая (библиометрическая) база данных <http://webofscience.com>.
6. Полнотекстовый архив ведущих западных научных журналов на российской платформе Национального электронно-информационного консорциума (НЭИКОН) <http://neicon.ru>.
7. Базы данных издательства Springer <https://link.springer.com>.

Изменения к рабочей программе дисциплины утверждены на заседании Ученого совета университета, протокол № 8 от 31 августа 2017 г.

Программа составлена в соответствии с требованиями ФГОС ВО.

Разработчики:

| Фамилия, имя, отчество | Учёная степень | Учёное звание | Должность |
|-------------------------------|-------------------------------|----------------------|--|
| Долгополов И.В. | кандидат психологических наук | доцент | Доцент кафедры психологии и педагогики |
| Забелина А.В. | | | старший преподаватель |