

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Горбунов Алексей Александрович

Должность: Заместитель начальника университета по учебной работе

Дата подписания: 11.07.2025 10:10:22

Уникальный программный ключ:

286e49ee1471d400cc1f45539d51ed7bbf0e9cc7

**ФГБОУ ВО «Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России»**

## **РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

### **ЭКСТРЕМАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ**

**Бакалавриат по направлению подготовки  
38.03.04 Государственное и муниципальное управление  
направленность (профиль) «Политическая и воспитательная работа»**

**Санкт-Петербург**

## 1. Цели и задачи дисциплины

### Цель освоения дисциплины:

формирование у обучающихся психологической составляющей профессиональной деятельности в экстремальных ситуациях, в том числе формирование и развитие профессионально важных качеств.

### Перечень компетенций, формируемых в процессе изучения дисциплины

Компетенции	Содержание
ПК-3	Способен осуществлять культурно-просветительскую работу в системе МЧС России
ПК-6	Способен осуществлять морально-политическое обеспечение личного состава МЧС России

### Задачи дисциплины:

– формирование представлений у обучающихся о методах и формах работы с личным составом МЧС России по преодолению психологической усталости, последствий эмоциональных перегрузок в служебной деятельности, создания в коллективах здорового морально-психологического климата.

– создать условия для включения обучающихся в качестве субъектов в систему профилактики негативных последствий профессионального стресса.

– формирование представлений у обучающихся о задачах, формах морально-политического обеспечения личного состава МЧС России в условиях ЧС.

## 2. Перечень планируемых результатов обучения дисциплины, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
ИДК ПК 3.3. Проводит просветительскую работу с личным составом МЧС России по преодолению психологической усталости, последствий эмоциональных перегрузок в служебной деятельности, создания в коллективах здорового морально-психологического климата	Знает: психологическую составляющую профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля, стрессогенные факторы, воздействующие на специалистов экстремального профиля при работе в чрезвычайной ситуации и в повседневной деятельности; систему профилактики профессионального стресса, систему мер по преодолению психологической усталости, последствий эмоциональных перегрузок в служебной деятельности, созданию в коллективах здорового морально-психологического

	<p>климата Умеет: осуществлять просветительскую работу с личным составом МЧС России по преодолению психологической усталости, последствий эмоциональных перегрузок в служебной деятельности; обучать методам саморегуляции; обучать методам создания в коллективах здорового морально-психологического климата</p>
ИДК ПК 6.1 Понимает задачи, формы морально-политического обеспечения личного состава МЧС России	<p>Знает: группы пострадавших в ЧС: особенности оказания экстренной допсихологической помощи, группы факторов, влияющих на психическое состояние и поведение пострадавших в ЧС; особенности управленческой деятельности руководителя в условиях ЧС и в повседневной деятельности; систему психологической подготовки личного состава МЧС России к действиям в особых условиях; систему психологического сопровождения деятельности специалистов экстремального профиля; психологические аспекты работы при массовом скоплении людей; правила информационно-разъяснительной работы; формы поддержания комфортной атмосферы в коллективе; особенности управления коллективом в условиях ЧС.</p>
ИДК ПК 6.2 Организует и проводит мероприятия в рамках морально-политического обеспечения личного состава МЧС России	<p>Умеет: проводить анализ динамики психического состояния пострадавших в ЧС; применять общие принципы и особенности общения с пострадавшими в ЧС; применять основные приемы оказания помощи при: плаче, истероидной реакции, нервной дрожи, страхе, двигательном возбуждении, агрессии, ступоре, апатии; проводить анализ индивидуальных особенностей членов коллектива в управленческой деятельности; оценивать морально-психологический климат в коллективе.</p>

### **3. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы**

Дисциплина относится к части, формируемой участниками образовательных отношений основной профессиональной образовательной программы бакалавриата по направлению подготовки 38.03.04 Государственное и муниципальное управление, направленность (профиль) «Политическая и воспитательная работа».

#### 4. Структура и содержание дисциплины

Общая трудоемкость дисциплины составляет 5 зачетных единиц 180 часов.

##### 4.1 Распределение трудоемкости учебной дисциплины по видам работ по семестрам и формам обучения

для очной формы обучения

Вид учебной работы	Трудоемкость			
	з.е.	час.	по семестрам	по семестрам
			7	8
Общая трудоемкость дисциплины по учебному плану	<b>5</b>	<b>180</b>	<b>2</b>	<b>3</b>
Контактная работа, в том числе:		<b>74</b>	<b>36</b>	<b>38</b>
<b>Аудиторные занятия</b>		<b>74</b>	<b>36</b>	<b>38</b>
Лекции (Л)		36	18	18
Практические занятия (ПЗ)		36	18	18
<b>Самостоятельная работа (СРС)</b>		<b>70</b>	36	34
Консультация		2		2
<b>Контроль: экзамен</b>		36		36

##### 4.2. Тематический план, структурированный по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

для очной формы обучения

№ п/п	Наименование тем	Всего часов	Количество часов по видам занятий			Контроль	Самостоятельная работа
			Лекции	Практические/Семинарские занятия	Лабораторные работы		
1	2	3	4	5	6	7	8
<b>7 семестр</b>							

1	Тема № 1. История развития экстремальной психологии. Цели, задачи экстремальной психологии	10	2				10
2	Тема № 2. Психологическая составляющая профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля	18	4	4			10
3	Тема № 3. Профессиональный стресс	26	8	8			10
4	Тема № 4. Особенности психического состояния и поведения пострадавших в ЧС	16	4	6			6
	<b>Итого за 7-й семестр</b>	<b>72</b>	<b>18</b>	<b>18</b>			<b>36</b>
<b>8 семестр</b>							
5	Тема № 5 Особенности общения с пострадавшими в ЧС	14	4	4			6
6	Тема № 6 Острые реакции на стресс	12	2	4			6
7	Тема № 7 Психологические аспекты работы при массовом скоплении людей	14	4	4			6
8	Тема № 8 Особенности управленческой деятельности руководителя в условиях чрезвычайной ситуации и в повседневной деятельности	16	4	4			8
9	Тема № 9 Психологическая подготовка личного состава МЧС России к действиям в особых условиях	14	4	2			8
	<b>Консультация</b>	<b>2</b>		<b>2</b>			
	<b>Экзамен</b>	<b>36</b>					
	<b>Итого за 8-й семестр</b>	<b>108</b>	<b>18</b>	<b>18</b>		<b>36</b>	<b>34</b>
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>36</b>	<b>38</b>		<b>36</b>	<b>70</b>

#### **4.3 Содержание дисциплины для обучающихся: очной формы обучения**

**Тема 1. История развития экстремальной психологии. Цели, задачи экстремальной психологии**

**Лекция.** История развития экстремальной психологии. Цели, задачи экстремальной психологии. Связь экстремальной психологии с другими науками.

**Самостоятельная работа.** Изучить основные этапы развития экстремальной психологии.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [2].

## **Тема 2. Психологическая составляющая профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля**

**Лекция.** Понятия экстремальной и чрезвычайной ситуации. Особенности психического состояния и поведения людей в чрезвычайных ситуациях (ЧС). Группы факторов, влияющих на психическое состояние и поведение специалистов в ЧС. Система прогнозирования негативных социально-психологических явлений при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

**Практическое занятие:** Экстремальные условия в профессиональной деятельности сотрудников МЧС России.

**Лекция.** Понятие профессионального здоровья. Этапы профессионального становления. Кризисы профессионального становления. Компоненты профессионального здоровья. Профессиональная идентификация. Профессиограмма специалиста экстремального профиля. Психограмма: психологические требования, предъявляемые к специалистам экстремального профиля. Профессионально важные качества (ПВК) специалиста экстремального профиля. Профессиональная пригодность. Подходы к понятию «профессиональная деформация», основные виды профессиональных деформаций и деструкций. Психологическая устойчивость. Психологическая готовность специалиста к работе в чрезвычайных ситуациях. Компоненты психологической готовности.

**Практическое занятие:** Анализ этапов профессионального становления и динамики профессионально важных качеств на примере биографий сотрудников МЧС России.

**Самостоятельная работа.** Изучить этапы профессионального становления сотрудников МЧС России, с учетом динамики профессионально важных качеств.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [2].

## **Тема 3. Профессиональный стресс**

**Лекция.** Понятие «Стресс». Виды стресса. Субсиндромы стресса. Общий адаптационный синдром и его стадии. Физиологические и психологические стрессы. Индивидуальные особенности реагирования

людей на стресс. Механизмы адаптации. Виды психологических защит. Стратегии совладания.

Профессиональный стресс. Стрессогенные факторы, воздействующие на специалистов экстремального профиля при работе в чрезвычайной ситуации и в повседневной деятельности. Механизмы адаптации к экстремальной ситуации. Деадаптивные психические состояния в профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля.

Отставленные негативные последствия профессионального стресса: кризисы, зависимое поведение, суицидальное поведение, психосоматические заболевания, ПТСР. Накопленный профессиональный стресс, механизмы накопления профессионального стресса. Профессиональное выгорание: внешние признаки синдрома «выгорания» специалиста, фазы развития. Причины возникновения.

Травматическая ситуация. Динамика переживания травматической ситуации. Посттравматический рост личности. Посттравматическое стрессовое расстройство, определение, группы симптомов, диагностические критерии (ПТСР). Факторы, способствующие развитию ПТСР.

**Практическое занятие:** Анализ стрессового реагирования.

**Лекция.** Просветительская работа с личным составом МЧС России по преодолению психологической усталости, последствий эмоциональных перегрузок в служебной деятельности, создания в коллективах здорового морально-психологического климата. Традиции и обычаи в коллективе. Организация содержательного досуга, развитие художественного самодеятельного творчества, традиции и ритуалы МЧС России, организация взаимодействия с учреждениями культуры.

**Лекция.** Система приемов и методов саморегуляции: виды дыхания. Дыхательная гимнастика. Приемы концентрации внимания. Нервно-мышечная релаксация. Визуализация. Самовнушение. Аутогенная тренировка. Медитация как способ саморегуляции.

**Практическое занятие:** Методы и приёмы психологической саморегуляции.

**Самостоятельная работа.** Применение приемов саморегуляции.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [2].

#### **Тема 4. Особенности психического состояния и поведения пострадавших в ЧС**

**Лекция.** Психическое состояние и поведение пострадавших в ЧС, основные группы психогенных реакций и расстройств. Группы факторов, влияющих на психическое состояние и поведение пострадавших в ЧС. Экстренная психологическая помощь пострадавшим в ЧС. Группы пострадавших в ЧС: особенности оказания экстренной допсихологической помощи.

Понятия «морально-политическое состояние» и «морально-психологическое состояние».

**Практическое занятие:** Прогноз динамики психического состояния пострадавших в ЧС. Учет этнокультурных особенностей при ведении работ по тушению пожаров и аварийно-спасательных и других неотложных работ.

**Практическое занятие:** Экстренная психологическая помощь в ЧС.

**Самостоятельная работа.** Проанализировать факторы, влияющие на психическое состояние и поведение пострадавших в различных чрезвычайных ситуациях с учетом региональных культурных особенностей.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [2].

### **Тема 5. Особенности общения с пострадавшими в ЧС**

**Лекция.** Общение. Виды общения. Компоненты общения: вербальное, невербальное, паравербальное. Общие принципы и особенности общения с пострадавшими в ЧС. Общение с пострадавшим, изолированным в очаге ЧС: основные задачи. Этапы работы. Переживание горя, утраты. Нормальная работа горя. Специфика течения процесса горевания в условиях ЧС.

**Практическое занятие.** Приемы активного слушания. Критерии эффективности применения приемов активного слушания. Понятие «личностный ресурс». Особенности общения с человеком, переживающим горе, утрату.

**Самостоятельная работа.** Особенности общения с пострадавшими - детьми.

**Рекомендуемая литература**

основная [1, 2];

дополнительная [1]

### **Тема 6. Острые реакции на стресс**

**Лекция.** Острые реакции на стресс (ОСР): определение, динамика, формы и типы. Основные принципы оказания помощи при: плаче, истероидной реакции, нервной дрожи, страхе, двигательном возбуждении, агрессии, ступоре, апатии.

**Практическое занятие.** Приемы работы с различными реакциями на стрессовую ситуацию.

**Самостоятельная работа.** Особенности работы с ОСР при большом скоплении людей.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1].

### **Тема 7. Психологические аспекты работы при массовом скоплении людей**

**Лекция.** Понятие толпы. Виды толпы. Особенности психологического

состояния людей в толпе. Механизмы образования толпы: эмоциональное заражение и слухи. Слухи как один из механизмов образования толпы. Информационно-разъяснительная работа, как фактор, снижающий риск развития толпы и стабилизации психического состояния пострадавших. Цели, задачи, основные принципы информационно-разъяснительной работы с пострадавшими в ЧС.

**Практическое занятие:** Толпа и закономерности ее поведения.

**Самостоятельная работа.** Разработать текст устного сообщения для информирования большой группы пострадавших.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

дополнительная [1, 2].

## **Тема 8. Особенности управленческой деятельности руководителя в условиях чрезвычайной ситуации и в повседневной деятельности**

**Лекция.** Учет индивидуальных особенностей членов коллектива в управленческой деятельности. Морально-психологический климат в коллективе. Поддержание комфортной атмосферы в коллективе. Управление коллективом в условиях ЧС.

Система психологического сопровождения деятельности специалистов экстремального профиля: цель, задачи психологической службы МЧС России. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников системы МЧС России: психологическая диагностика, психологическая подготовка, коррекционная и реабилитационная работа. Психологическое сопровождение АСДНР.

**Практическое занятие.** Коллектив как ресурс. Корпоративная культура. Распределение личного состава МЧС России по подразделениям с учетом их психологической совместимости, уровню психологической подготовленности.

**Самостоятельная работа.** Анализ общего плана мероприятий по психологическому сопровождению деятельности сотрудников МЧС России.

**Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

Дополнительная [1, 2].

## **Тема 9. Психологическая подготовка личного состава МЧС России к действиям в особых условиях**

**Лекция.** Понятие «особые условия». Система психологической подготовки в МЧС России. Психологическая подготовка личного состава МЧС России к действиям в особых условиях.

**Практическое занятие.** Организация и порядок проведения мероприятий по психологической подготовке.

**Самостоятельная работа.** Составление общего плана мероприятий в рамках морально-политического обеспечения личного состава МЧС России (на примере ранее возникших ЧС).

## **Рекомендуемая литература:**

основная [1, 2];

Дополнительная [1, 2].

## **5. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

При реализации программы дисциплины используются такие виды занятий: лекция, семинарское и практическое занятие.

**Лекция:** составляет основу теоретического обучения и должна давать систематизированные основы научных знаний по дисциплине, раскрывать состояние и перспективы развития соответствующей области науки и техники, концентрировать внимание обучающихся на наиболее сложных и узловых вопросах, стимулировать их активную познавательную деятельность и способствовать формированию творческого мышления.

### **Практические занятия,**

Практическое занятие проводится в целях: выработки практических умений и приобретения навыков, закрепления пройденного материала по соответствующей теме дисциплины. Главным их содержанием является практическая работа каждого обучающегося. Главным содержанием этого вида учебных занятий является работа каждого обучающегося по овладению практическими умениями и навыками профессиональной деятельности путем решения ситуативных задач.

**Самостоятельная работа обучающихся** направлена на углубление и закрепление знаний, полученных на лекциях и других занятиях, выработку навыков самостоятельного активного приобретения новых, дополнительных знаний, подготовку к предстоящим учебным занятиям, в том числе контрольным работам и промежуточной аттестации.

## **6. Оценочные материалы по дисциплине**

Текущий контроль успеваемости обеспечивает оценивание хода освоения дисциплины, проводится в соответствии с содержанием дисциплины по видам занятий в форме опросов, докладов, выполнения практических заданий, тестирования.

Промежуточная аттестация обеспечивает оценивание промежуточных и окончательных результатов обучения по дисциплине, проводится в форме экзамена.

### **6.1. Примерные оценочные материалы:**

#### **6.1.1. Текущего контроля**

##### **Типовые вопросы для опроса:**

1. Что представляет собой профессиональный стресс?
2. Какие способы снятия стресс Вы считаете наиболее эффективными?
3. В чем заключается эффективность психической саморегуляции.

4. Что такое острая стрессовая реакция? Назовите основные.
5. Какие факторы оказывают влияние на формирование массовых реакций?
6. Назовите правила поведения в толпе.
7. Какие основные последствия травматического стресса Вы знаете?
8. Типовые темы для докладов:
9. Экстремальные условия деятельности и их влияние на психику.
10. Что такое хронический стресс? Как он проявляется?
11. Какие факторы профессиональной деятельности могут негативно влиять на состояние специалиста?
12. Что такое эмоциональное выгорание? Какие личностные факторы способствуют развитию синдрома эмоционального выгорания?

#### **Типовые темы для докладов:**

1. Анализ этапов профессионального становления и динамики профессионально важных качеств на примере биографий сотрудников МЧС России.
2. Методы и приёмы психологической саморегуляции.
3. Учет этнокультурных особенностей при ведении работ по тушению пожаров и аварийно-спасательных и других неотложных работ.
4. Экстренная психологическая помощь в ЧС.
5. Особенности общения с человеком, переживающим горе, утрату.
6. Приемы работы с различными реакциями на стрессовую ситуацию.
7. Толпа и закономерности ее поведения
8. Распределение личного состава МЧС России по подразделениям с учетом их психологической совместимости, уровню психологической подготовленности.
9. Организация и порядок проведения мероприятий по психологической подготовке.

#### **Типовые задачи:**

##### **Практическое задание № 2.**

Упражнение 1 «Стрессовые условия» Задание: прочитайте пример и ответьте на вопросы. Пример: Молодой сотрудник пожарно-спасательной части проживал по соседству с местом работы. Помимо плановых дежурств на рабочем месте, в связи с больничными и отпусками коллег, в некоторые дни он должен был находиться в оперативной готовности, будучи при этом дома. В случае вызова ему необходимо было оказаться в части в течение 5 минут. Вопросы: 1. Как вы думаете, такой режим работы может каким-либо образом повлиять на специалиста? 2. Могут ли подобные условия деятельности отразиться на его самочувствии, физиологическом состоянии? На качество выполнения профессиональной деятельности? Каким образом это может проявиться? Продолжение примера: Спустя месяц таких «дежурств» оказалось, что здоровье сотрудника ухудшилось, появились нарушения в работе сердечно-сосудистой системы - перепады артериального

давления, учащенный пульс и др. Свое собственное состояние сотрудник оценивал как неудовлетворительное: дома ему стало трудно расслабиться, присутствовало постоянное беспокойство. Это сказалось на общении с близкими: он стал более раздражителен. Специалист отмечал, что даже в выходные дни был напряжен и в мыслях постоянно возвращался к работе. Вопросы: 1. Подумайте, как специалист может минимизировать воздействие данной ситуации на себя? 2. С какими трудностями он может при этом столкнуться?

**Практическое задание № 3.** Подготовка, демонстрация и выполнение приёмов психологической саморегуляции.

Дыхание по квадрату: Схема дыхания состоит из четырех тактов: вдох, задержка, выдох, задержка. Для начала упражнения необходимо принять удобную позу. Для большего комфорта можно закрыть глаза. Сделайте вдох на 4 счета, затем задержите дыхание на 4 такта, далее выдохайте на 4 счета, и снова задержите дыхание на 4 такта. Повторяйте данное упражнение в течение нескольких минут. Со временем количество тактов можно повышать на 2, следовательно, дышать на 6, 8 и т.д. счетов.

#### **Типовые задания для тестирования:**

1) Нарушение усвоенных способов деятельности, разрушение сформированных профессионально-важных качеств, появление стереотипов профессионального поведения говорит о:

- А) профессиональных деформациях
- Б) профессиональных деструкциях
- В) остановке профессионального развития

2) Напряженное состояние работника, возникающее в процессе трудовой деятельности – это:

- А) семейный стресс
- Б) экологический стресс
- В) финансовый стресс
- Г) профессиональный стресс

### **6.1.2. Промежуточной аттестации**

#### **Примерный перечень вопросов, выносимых на экзамен:**

1. История развития экстремальной психологии.  
2. Цели, задачи экстремальной психологии. Связь экстремальной психологии с другими науками.

3. Понятия экстремальной и чрезвычайной ситуации. Особенности психического состояния и поведения людей в чрезвычайных ситуациях (ЧС).

4. Группы факторов, влияющих на психическое состояние и поведение специалистов в ЧС. Система прогнозирования негативных социально-психологических явлений при ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций.

5. Экстремальные условия в профессиональной деятельности сотрудников МЧС России.
6. Понятие профессионального здоровья. Компоненты профессионального здоровья.
7. Этапы профессионального становления.
8. Кризисы профессионального становления. Профессиональная идентификация.
9. Профессиограмма специалиста экстремального профиля.
10. Психограмма: психологические требования, предъявляемые к специалистам экстремального профиля.
11. Профессионально важные качества (ПВК) специалиста экстремального профиля. Профессиональная пригодность.
12. Подходы к понятию «профессиональная деформация», основные виды профессиональных деформаций и деструкций.
13. Психологическая устойчивость.
14. Психологическая готовность специалиста к работе в чрезвычайных ситуациях. Компоненты психологической готовности.
15. Понятие «Стресс». Виды стресса.
16. Субсиндромы стресса.
17. Общий адаптационный синдром и его стадии. Физиологические и психологические стрессы.
18. Индивидуальные особенности реагирования людей на стресс.
19. Механизмы адаптации. Виды психологических защит. Стратегии совладания.
20. Профессиональный стресс. Стрессогенные факторы, воздействующие на специалистов экстремального профиля при работе в чрезвычайной ситуации и в повседневной деятельности.
21. Механизмы адаптации к экстремальной ситуации. Дезадаптивные психические состояния в профессиональной деятельности специалиста экстремального профиля.
22. Отставленные негативные последствия профессионального стресса: кризисы, зависимое поведение, суицидальное поведение, психосоматические заболевания, ПТСР.
23. Накопленный профессиональный стресс, механизмы накопления профессионального стресса.
24. Профессиональное выгорание: внешние признаки синдрома «выгорания» специалиста, фазы развития. Причины возникновения.
25. Травматическая ситуация. Динамика переживания травматической ситуации.
26. Посттравматический рост личности. Посттравматическое стрессовое расстройство, определение, группы симптомов, диагностические критерии (ПТСР). Факторы, способствующие развитию ПТСР.
27. Просветительская работа с личным составом МЧС России по преодолению психологической усталости, последствий эмоциональных

перегрузок в служебной деятельности, создания в коллективах здорового морально-психологического климата.

28. Организация содержательного досуга, развитие художественного самодеятельного творчества, традиции и ритуалы МЧС России, организация взаимодействия с учреждениями культуры.

29. Система приемов и методов саморегуляции.

30. Виды дыхания. Дыхательная гимнастика.

31. Приемы концентрации внимания.

32. Нервно-мышечная релаксация.

33. Визуализация.

34. Самовнушение.

35. Аутогенная тренировка.

36. Медитация как способ саморегуляции.

37. Психическое состояние и поведение пострадавших в ЧС, основные группы психогенных реакций и расстройств.

38. Группы факторов, влияющих на психическое состояние и поведение пострадавших в ЧС.

39. Экстренная психологическая помощь пострадавшим в ЧС. Группы пострадавших в ЧС: особенности оказания экстренной допсихологической помощи.

40. Учет этнокультурных особенностей при ведении работ по тушению пожаров и аварийно-спасательных и других неотложных работ.

41. Общение. Виды общения. Компоненты общения: вербальное, невербальное, паравербальное.

42. Общие принципы и особенности общения с пострадавшими в ЧС.

43. Общение с пострадавшим, изолированным в очаге ЧС: основные задачи.

44. Этапы работы. Переживание горя, утраты. Специфика течения процесса горевания в условиях ЧС.

45. Приемы активного слушания. Критерии эффективности применения приемов активного слушания.

46. Острые реакции на стресс (ОСР): определение, динамика, формы и типы.

47. Основные принципы оказания помощи при: плаче, истероидной реакции, нервной дрожи, страхе, двигательном возбуждении, агрессии, ступоре, апатии.

48. Понятие толпы. Виды толпы. Особенности психологического состояния людей в толпе.

49. Механизмы образования толпы: эмоциональное заражение и слухи. Слухи как один из механизмов образования толпы.

50. Информационно-разъяснительная работа, как фактор, снижающий риск развития толпы и стабилизации психического состояния пострадавших.

51. Цели, задачи, основные принципы информационно-разъяснительной работы с пострадавшими в ЧС.

52. Учет индивидуальных особенностей членов коллектива в управленческой деятельности. Управление коллективом в условиях ЧС.

53. Коллектив как ресурс. Корпоративная культура.

54. Традиции и обычаи в коллективе.

55. Система психологического сопровождения деятельности специалистов экстремального профиля: цель, задачи психологической службы МЧС России.

56. Психологическое сопровождение деятельности сотрудников системы МЧС России: психологическая диагностика, психологическая подготовка, коррекционная и реабилитационная работа.

57. Психологическое сопровождение АСДНР.

58. Понятие «особые условия». Психологическая подготовка личного состава МЧС России к действиям в особых условиях.

59. Система психологической подготовки в МЧС России.

60. Распределение личного состава МЧС России по подразделениям с учетом их психологической совместимости, уровню психологической подготовленности.

## 6.2. Показатели и критерии оценивания промежуточной аттестации

Система оценивания включает:

Форма контроля	Показатели оценивания	Критерии оценивания	Оценка
Экзамен	правильность и полнота ответа	дан правильный, полный ответ на поставленный вопрос, показана совокупность осознанных знаний по дисциплине, доказательно раскрыты основные положения вопросов; могут быть допущены недочеты, исправленные самостоятельно в процессе ответа.	отлично
		дан правильный, недостаточно полный ответ на поставленный вопрос, показано умение выделить существенные и несущественные признаки, причинно-следственные связи; могут быть допущены недочеты, исправленные с помощью преподавателя.	хорошо
		дан недостаточно правильный и полный ответ; логика и последовательность изложения имеют нарушения; в ответе отсутствуют выводы.	удовлетворительно
		ответ представляет собой разрозненные знания с существенными ошибками по вопросу; присутствуют фрагментарность, нелогичность	неудовлетворительно

		изложения; дополнительные и уточняющие вопросы не приводят к коррекции ответа на вопрос.	
--	--	--	--

## 7. Ресурсное обеспечение дисциплины

### 7.1. Лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение

Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства:

- Альт Образование 8 – ПО-534-102 [Свободно распространяемое-1912 (отечественного производства) ];

-Astra Linux Common Edition релиз Орел [Лицензия №217800111-ore-2.12-client-6196 выдана «ФГБОУ ВО Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России» бессрочно];

-Astra Linux Special Edition [Лицензия №217800111-alse-1.7-client-medium-x86\_64-0-14545 выдана «ФГБОУ ВО Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России» бессрочно];

-Astra Linux Special Edition [Лицензия №217800111-alse-1.7-client-medium-x86\_64-0-14544 выдана «ФГБОУ ВО Санкт-Петербургский университет ГПС МЧС России» бессрочно];

-ПО «Р7-Офис. Профессиональный» Лицензия выдана: «ФГБОУ ВО Санкт-Петербургский университет МЧС России» Срок действия: бессрочно.

### 7.2. Профессиональные базы данных и информационные справочные системы

Информационная справочная система – Интернет служба Экстренной психологической помощи МЧС России <https://psi.mchs.gov.ru/>; Научная электронная библиотека «eLIBRARY.RU» <https://www.elibrary.ru/>; электронная библиотека университета <http://elib.igps.ru> (авторизованный доступ); электронно-библиотечная система «ЭБС IPR BOOKS» <http://www.iprbookshop.ru> (авторизованный доступ).

### 7.3. Литература

#### Основная литература:

1. Учебное пособие по дисциплине "Экстремальная психология" для курсантов МЧС России / М. С. Талмач [и др.]; сост. Х. И. Емельянова; ред. Ю. С. Шойгу; МЧС России, ЦЭПП МЧС России. – М.: ФГБУ ВНИИ ГОЧС (ФЦ), 2017. – 228 с. – URL: Режим доступа: <http://elib.igps.ru/?2&type=card&cid=ALSFR-3aeae2b8-b0a4-4695-99b0-d50e9a7375b8>

2. Шкроб, Н. В. Практикум по экстремальной психологии: учебное пособие / Н. В. Шкроб. — Железногорск: Сибирская пожарно-спасательная академия ГПС МЧС России, 2023. — 122 с. — Текст: электронный //

Цифровой образовательный ресурс IPR SMART: [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/epd-reader?publicationId=140555> (дата обращения: 23.01.2025). — Режим доступа: для авторизир. Пользователей

#### **Дополнительная литература:**

1. Агаева, А. Ш. Деловая культура и психология общения : учебное пособие / А. Ш. Агаева, Ш. А. Идрисов. — Москва, Вологда : Инфра-Инженерия, 2022. — 232 с. — ISBN 978-5-9729-0854-7. — Текст : электронный // Цифровой образовательный ресурс IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/124038.html> (дата обращения: 23.01.2025). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Здоровьесберегающие психологические технологии в подготовке специалистов помогающих профессий: учебное пособие: [гриф МЧС] / Д. Н. Церфус [и др.]; ред. Э. Н. Чижиков; МЧС России. – СПб.: СПбУ ГПС МЧС России, 2017. – 166 с. – URL: <http://elib.igps.ru/?0&type=card&cid=ALSFR-08964b64-a2e7-47b9-a4ee-c0ba367ab607&remote=false>

#### **7.4. Материально-техническое обеспечение:**

Для проведения и обеспечения занятий используются помещения, которые представляют собой учебные аудитории для проведения учебных занятий, предусмотренных программой специалитета, оснащенные оборудованием и техническими средствами обучения: автоматизированное рабочее место преподавателя, маркерная (меловая) доска, мультимедийный проектор, посадочные места обучающихся, при проведении практических занятий - ноутбуки.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа к электронной информационно-образовательной среде университета.

**Автор:** кандидат психологических наук, Иванова Т.В.