

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования  
«РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ»

---

Сибирский институт управления – филиал РАНХиГС  
Кафедра психологии

**ПРОГРАММА БАКАЛАВРИАТА**

*«Психологическое консультирование»*

**АННОТАЦИЯ РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ ДИСЦИПЛИНЫ**  
***ПСИХОЛОГИЯ УПРАВЛЕНИЯ В ЭКСТРЕННЫХ СИТУАЦИЯХ***

***Б1.В.ДВ.05.02***

краткое наименование дисциплины – Психол. упр. в ЭС

по направлению подготовки:  
37.03.01 Психология

форма обучения: очная

Год набора – 2023

Новосибирск, 2022 г.

## 1. Планируемые результаты освоения дисциплины

Дисциплина Б1.В.ДВ.05.02 Психология управления в экстренных ситуациях обеспечивает овладение следующими компетенциями:

Код компетенции	Наименование компетенции	Код компонента компетенции	Наименование компонента компетенции
ПКс-7	Способен планировать и организовывать консультационную и психокоррекционную деятельность с учетом особенностей персонала в организации		

## 2. План курса:

### Раздел 1. Деятельность в экстремальных и чрезвычайных ситуациях

#### *Тема 1.1. Экстремальные и чрезвычайные ситуации*

Основные принципы разграничения экстремальных и чрезвычайных ситуаций. Типология чрезвычайных ситуаций: по содержанию действующих факторов, характеру возникновения, продолжительности действия, возможности разрешения, последствиям. Методологические основы изучения деятельности в чрезвычайных ситуациях. Ситуационный эксперимент и ситуационное моделирование. Основные виды чрезвычайных ситуаций.

Природные катастрофы. землетрясения, цунами, наводнения, селевые потоки, сход ледников. Эпидемии. Разрушения водопроводных и канализационных систем. Техногенные катастрофы: взрывы газа, аварии на атомных станциях, авиа- и автокатастрофы и др. Социальные катастрофы: военные действия, захват заложников межэтнические конфликты, теракты, бандитские нападения и др. Многообразие и неповторимость ЭС. Основные психогенные факторы риска. Влияние природных, техногенных и социальных катастроф на психологическое состояние и особенности поведения человека. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса. Виды (уровни) реакций человека на стресс. Влияние чрезвычайных ситуаций на познавательные процессы, эмоциональное состояние. Типы поведения людей, адаптационные реакции организма на ЭС, их разновидности и фазы. Механизмы психологической защиты. Значение индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса.

*Тема 1.2. Психологическая подготовка специалистов к деятельности в чрезвычайных ситуациях и психологическая поддержка деятельности человека в экстренных ситуациях.*

Характеристика деятельности в условиях ЭС. Экстремальные факторы условий деятельности. Переносимость экстремальных и чрезвычайных ситуаций. Психогенные факторы, обусловленные характером деятельности. Изменения в поведении и функциональном состоянии в чрезвычайных ситуациях. Экстремальные состояния человека. Адекватная форма реакции. Реакция тревоги, ее виды. Динамика экстремальных состояний. Специфические виды экстремальных состояний. Готовность к деятельности в чрезвычайных ситуациях. Методы определения адаптационных возможностей человека. Толерантность к психологическому стрессу. Подходы к пониманию эмоциональной устойчивости. Современные требования к профессиональной подготовке специалистов.

Психологическая диагностика и отбор специалистов для работы в чрезвычайных условиях, мониторинговые исследования.

Сущность и виды психологической поддержки. Три аспекта психологической поддержки в соответствии с источником негативных субъективных переживаний. Общая схема процесса психологической поддержки. Факторы формирования состояний в процессе психологической поддержки. Способы реализации звуковых воздействий: подсказки, внушение, убеждение, разъяснение и др. Способы реализации визуальных воздействий: письменные указания, демонстрация с помощью слайдов и др. Системы подготовки принятия решений (СППР). Поддержка в принятии решений человеком в экстремальных условиях. Взаимодействие специалистов в чрезвычайных ситуациях. Уровень сформированности групп, роль лидера и особенности их деятельности в чрезвычайных ситуациях. Роль психолога, его деятельность при подготовке и в условиях чрезвычайных ситуаций. Психогигиена и психопрофилактика стресса. Психологическая подготовка и тренировка. Методы профилактики и разрешения конфликтов в чрезвычайных условиях. Техники снятия эмоционального напряжения. Оказание психологической поддержки и помощи пострадавшим и их родственникам в условиях чрезвычайных ситуаций.

## **Раздел 2. Экстренная психологическая помощь при ЭС**

### *Тема 2.1. Общие принципы оказания экстренной психологической помощи при ЭС.*

Служба экстренной психологической помощи, ее функции. Симптомы острой реакции на стресс. Приемы оказания экстренной «допсихологической» помощи окружающим и «самопомощи». Приемы оказания помощи при таких состояниях, как: страх, тревога, плач, истерика, апатия, чувство вины, злость, гнев, неконтролируемая дрожь, двигательное возбуждение. Самопомощь при острых реакциях на стресс. Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи в чрезвычайных ситуациях. Определение экстренной психологической помощи. Организационная схема деятельности специалистов психологической службы на месте ЭС. Три этапа экстренной психологической помощи: подготовительный, основной и завершающий. Принципы и этические нормы специалиста – психолога при работе в чрезвычайной ситуации: защиты интересов клиента, «не навреди», добровольности, конфиденциальности, профессиональной мотивации, профессиональной компетентности.

### *Тема 2.2. Основные методы оказания экстренной психологической помощи при ЭС.*

Методы оказания экстренной психологической помощи. Необходимость специальной профессиональной подготовки психолога по оказанию экстренной психологической помощи в условиях ЭС. Владение и адекватное применение краткосрочных приемов. Нейролингвистическое программирование, телесно-ориентированная терапия, арттерапия, краткосрочная позитивная терапия, релаксационные методы и методы саморегуляции, суггестивные техники, рациональная психотерапия и др. Методы психологической диагностики, используемые при оказании экстренной психологической помощи. Кризисное психологическое консультирование. Профилактики и коррекции стресса при проведении индивидуальных и групповых тренингов управления стрессом. Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов.

## **3. Формы текущего контроля:**

Тема (раздел)	Методы текущего контроля успеваемости
Раздел 1. Деятельность в экстремальных и чрезвычайных ситуациях	
Тема 1.1 Экстремальные и чрезвычайные ситуации.	Устные ответы на вопросы.

<p>Тема 1.2. Психологическая подготовка специалистов к деятельности в чрезвычайных ситуациях и психологическая поддержка деятельности человека в чрезвычайных ситуациях.</p>	
<p>Раздел 2. Экстренная психологическая помощь при ЭС.</p>	
<p>Тема 3.1. Общие принципы оказания экстренной психологической помощи при ЭС. Тема 3.2. Основные методы оказания экстренной психологической помощи при ЭС.</p>	<p>Устные ответы на вопросы Практические задания</p>

#### 4. Основная литература.

1. Безопасность жизнедеятельности : учеб. пособие для студентов всех форм обучения по направлению подгот. "Гос. и муницип. упр." / О. И. Лаптева ; Рос. акад. нар. хоз-ва и гос. службы при Президенте РФ, Сиб. ин-т упр. - 2-е изд., доп. и перераб. - Новосибирск : Изд-во СибАГС, 2013. - 225 с. - То же [Электронный ресурс]. - Доступ из Б-ки электрон. изданий / Сиб. ин-т упр. – филиал РАНХиГС. – Режим доступа : <http://www.sarpanet.ru>, требуется авторизация. - Загл. с экрана.

2. Гуревич, П. С. Психология чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс] : учеб. пособие для студентов вузов / П. С. Гуревич. — Электрон. дан. — Москва : ЮНИТИ-ДАНА, 2015. — 495 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/52553>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

3. Сидоров, П. И. Психология катастроф [Электронный ресурс] : учеб. пособие / П. И. Сидоров, И. Г. Мосягин, С. В. Маруняк. — Электрон. дан. — Москва : Аспект Пресс, 2008. — 414 с. — Доступ из ЭБС «IPRbooks». - Режим доступа : <http://www.iprbookshop.ru/8882>, требуется авторизация. – Загл. с экрана.

4. Психологическая защита в чрезвычайных ситуациях : учеб. пособие для студентов вузов, обучающихся по направлению 050100 - "Естественнонауч. образование" (профиль подгот. "Безопасность жизнедеятельности") / [авт. : Л. А. Михайлов и др.] ; под ред. Л. А. Михайлова. - Санкт-Петербург : Питер, 2009. – 251 с.