

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования
«Алтайский государственный технический университет им. И.И. Ползунова»

СОГЛАСОВАНО

Директор ГИ В.Ю.
Инговатов

Рабочая программа дисциплины

Код и наименование дисциплины: **Б1.В.15 «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях»**

Код и наименование направления подготовки (специальности): **20.03.01
Техносферная безопасность**

Направленность (профиль, специализация): **Менеджмент рисков техносферной безопасности и чрезвычайных ситуаций**

Статус дисциплины: **часть, формируемая участниками образовательных отношений**

Форма обучения: **очная**

Статус	Должность	И.О. Фамилия
Разработал	доцент	М.В. Рыгалова
Согласовал	Зав. кафедрой «ФиС»	В.Ю. Инговатов
	руководитель направленности (профиля) программы	М.Н. Вишняк

г. Барнаул

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция	Содержание компетенции	Индикатор	Содержание индикатора
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.2	Выбирает правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного происхождения
		УК-8.4	Определяет модель поведения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации, террористического акта или военного конфликта
УК-9	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1	Использует базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах
ПК-3	Способен анализировать механизмы воздействия техногенных опасностей на человека и разрабатывать корректирующие мероприятия	ПК-3.1	Определяет характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов
		ПК-3.2	Способен анализировать техногенные опасности и разрабатывать корректирующие мероприятия

2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплины (практики), предшествующие изучению дисциплины, результаты освоения которых необходимы для освоения данной дисциплины.	Безопасность в чрезвычайных ситуациях, Гражданское и социально-ответственное поведение, Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности, Промышленная безопасность
Дисциплины (практики), для которых результаты освоения данной дисциплины будут необходимы, как входные знания, умения и владения для их изучения.	Гражданская оборона

3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающегося с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающегося

Общий объем дисциплины в з.е. /час: 3 / 108

Форма промежуточной аттестации: Зачет

Форма обучения	Виды занятий, их трудоемкость (час.)				Объем контактной работы обучающегося с преподавателем
	Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Самостоятельная работа	

					(час)
очная	20	0	30	58	59

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Форма обучения: очная

Семестр: 8

Лекционные занятия (20ч.)

1. Психологическая устойчивость в ЧС - как неотъемлемая часть создания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов {лекция с разбором конкретных ситуаций} (2ч.)[1,2,3,5] Понятие об экстремальных и кризисных ситуациях. Стрессогенные факторы кризисной ситуации. Сочетание физической травмы и острых психологических реакций при экстремальных ситуациях. Особенности психологических реакций при пожаре, наводнении, землетрясении, террористическом акте и других ЧС. Межпредметные связи курса «Психологическая устойчивость в ЧС» с другими дисциплинами. Значение базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах.

2. Понятие о стрессе и посттравматическом расстройстве в результате ЧС. {лекция с разбором конкретных ситуаций} (2ч.)[1,3,5] Стресс и стадии стресса. Характеристика каждой стадии. Стресс и дистресс. Особенности кризисной ситуации. Зависимость стрессовой реакции на ситуацию от личностного смысла события. Зависимость проявления стрессовой реакции от индивидуальных особенностей человека. Последствия стресса. Стратегии преодоления последствий стрессовых ситуаций. Правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного происхождения.

3. Особенности поведения человека в кризисной ситуации. {лекция с разбором конкретных ситуаций} (4ч.)[1,2,4,6] Этапность адаптации человека к экстремальным условиям. Регрессия поведения при кризисной ситуации, ее проявления и прогноз. Влияние индивидуальных и личностных особенностей на поведение человека в кризисной ситуации. Поведение человека в зависимости от продолжительности времени, прошедшего после кризисной ситуации. Мотивация самосохранения и поведение в зависимости от ее актуализации или притупления. Модели поведения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации, террористического акта или военного конфликта. Психологические аспекты поведения человека в чрезвычайной ситуации.

4. Виды ЧС в производственной деятельности и правила поведения при

возникновении чрезвычайной ситуации. {лекция с разбором конкретных ситуаций} (2ч.)[1,3,4] Особенности поведения людей при пожаре, теракте, землетрясении и др. стихийных бедствиях и обусловленных человеческим фактором ситуациях. Виды трудового стресса, связанные с риском возникновения ЧС. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях. Выбор правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного происхождения.

5. Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Разработка корректирующих мероприятий. {лекция с разбором конкретных ситуаций} (4ч.)[1,2,5] Негативные факторы и воздействия техносферы на человека и окружающую среду. Характеристика взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Характеристика техногенных опасностей и разработка корректирующих мероприятий. Критерии комфортности, безопасности среды.

6. Стратегия, принципы и методы психологической помощи в чрезвычайной ситуации. {лекция с заранее запланированными ошибками} (4ч.)[1,2,5,6] Психология плача. Методы психологической помощи человеку в посткризисной ситуации. Эриксонов метод помощи жертвам в острых кризисных ситуациях. Методы самопомощи. Психологическое просвещение как опосредованная форма психологической помощи.

7. Профессиональная помощь и самопомощь в условиях ЧС {лекция с разбором конкретных ситуаций} (2ч.)[1,2,5] Снятие нервного напряжения. Методы управления состоянием человека, оказавшегося в ЧС. Самопомощь и взаимопомощь. Основы саморегуляции и психологической реабилитации. Взаимодействие организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Анализ техногенных опасностей. Разработка коррекционных мероприятий в ситуации техногенной ЧС.

Практические занятия (30ч.)

1. Основные понятия курса «Психологическая устойчивость в ЧС». Значение базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах. {беседа} (4ч.)[1,2,4] Понятие об экстремальных и кризисных ситуациях. Стрессогенные факторы кризисной ситуации. Сочетание физической травмы и острых психологических реакций при экстремальных ситуациях. Особенности психологических реакций при пожаре, наводнении, землетрясении, террористическом акте и других ЧС. Межпредметные связи курса «Психологическая устойчивость в ЧС» с другими дисциплинами. Значение базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах.

2. Понятие о стрессе и посттравматическом расстройстве в результате ЧС. {метод кейсов} (2ч.)[1,3,4,5] Стресс и стадии стресса. Характеристика каждой стадии. Стресс и дистресс. Особенности кризисной ситуации. Зависимость стрессовой реакции на ситуацию от личностного смысла события. Зависимость проявления стрессовой реакции от индивидуальных особенностей человека.

Последствия стресса. Стратегии преодоления последствий стрессовых ситуаций.

3. Особенности поведения человека в кризисной ситуации. {беседа} (4ч.)[1,2,5] Этапность адаптации человека к экстремальным условиям. Регрессия поведения при кризисной ситуации, ее проявления и прогноз. Влияние индивидуальных и личностных особенностей на поведение человека в кризисной ситуации. Поведение человека в зависимости от продолжительности времени, прошедшего после кризисной ситуации. Мотивация самосохранения и поведение в зависимости от ее актуализации или притупления. Модели поведения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации, террористического акта или военного конфликта.

4. Виды ЧС в производственной деятельности и правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации. {метод кейсов} (4ч.)[1,3,5] Особенности поведения людей при пожаре, теракте, землетрясении и др. стихийных бедствиях и обусловленных человеческим фактором ситуациях. Виды трудового стресса, связанные с риском возникновения ЧС. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях. Выбор правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного происхождения.

5. Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Разработка корректирующих мероприятий. {разработка проекта} (4ч.)[1,2,3,5] Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Виды и характер техногенных опасностей. Требования к разработке корректирующих мероприятий по техногенной безопасности. Критерии комфортности, безопасности среды.

6. Разработка коррекционных мероприятий в период и после техногенных ЧС. {работа в малых группах} (6ч.)[1,2,4,6] Характеристика экстремальных психологических состояний. Первичные психологические состояния. Страх. Аффект. Паника. Стресс. Предрасполагающие факторы стресса. Психогенные реакции катастроф. Психические проявления пострадавших на воздействие экстремальной ситуации. Влияние экстремальной ситуации на спасателей. Идентификация психогенных расстройств при чрезвычайных происшествиях.

7. Тренинг поведения в чрезвычайных ситуациях {тренинг} (4ч.)[1,2,5] Разработка коррекционных мероприятий в период и после техногенной ЧС. Психологические качества человека, необходимые для преодоления опасности в ЧС. Адаптация к новым социально-психологическим условиям, возникшим в результате ЧС. Психологическое просвещение для преодоления кризисных ситуаций в период техногенных ЧС.

8. Психологические характеристики человека и их значение для обеспечения его безопасного поведения. {дискуссия} (2ч.)[1,3,4,5] Психологические особенности, влияющие на характер и формы оказания помощи человеку в период ЧС. Биологические и психофизиологические предпосылки формирования поведения в опасных ситуациях. Психологические особенности личности,

формирующие отношение к опасной ситуации и поведение в ней. Психологические аспекты возникновения ЧС. Влияние человеческого фактора на возникновение ЧС.

Самостоятельная работа (58ч.)

1. Психологическая устойчивость в ЧС - как неотъемлемая часть создания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов. {творческое задание} (8ч.)[1,2,3,5] Поражающие факторы ЧС, влияющие на психологическое состояние. Психологические кризисы как последствия ЧС.

2. Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Разработка корректирующих мероприятий. {работа в малых группах} (16ч.)[1,2,3,5,6] Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Виды и характер техногенных опасностей. Требования к разработке корректирующих мероприятий по техногенной безопасности. Идентификация негативных последствий острого и хронического воздействия на человека химических факторов промышленного происхождения. Предупреждение и снижение негативных последствий воздействия техногенных факторов на человека. Негативные факторы и воздействия техносферы на человека и окружающую среду. Характеристика взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Характеристика техногенных опасностей и разработка корректирующих мероприятий. Критерии комфортности, безопасности среды.

3. Психологические характеристики человека и их значение для обеспечения его безопасного поведения. {дискуссия} (16ч.)[1,2,3,5] Психологические особенности, влияющие на характер и формы оказания помощи человеку в период ЧС. Биологические и психофизиологические предпосылки формирования поведения в опасных ситуациях. Психологические особенности личности, формирующие отношение к опасной ситуации и поведение в ней. Психологические аспекты возникновения ЧС. Влияние человеческого фактора на возникновение ЧС.

4. Подготовка к контрольным опросам и промежуточной аттестации {беседа} (18ч.)[1,2,3,4,5,6] Изучение конспектов лекций, учебной литературы

5. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Для каждого обучающегося обеспечен индивидуальный неограниченный

доступ к электронно-библиотечным системам: Лань, Университетская библиотека он-лайн, электронной библиотеке АлтГТУ и к электронной информационно-образовательной среде:

1. Рыгалова М.В. Методические рекомендации к занятиям по дисциплине «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» для студентов направления 20.03.01 Техносферная безопасность, профиль «Менеджмент рисков техносферной безопасности и чрезвычайных ситуаций» [Электронный ресурс]: Методические указания.— Электрон. дан.— Барнаул: АлтГТУ, 2022.— Режим доступа: http://elib.altstu.ru/eum/download/fis/Rigalova_PsuhUst_mr.pdf, авторизованный

6. Перечень учебной литературы

6.1. Основная литература

2. Белашева, И.В. Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях : учебное пособие / И.В. Белашева, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский Федеральный университет (СКФУ), 2017. – 104 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494681> (дата обращения: 21.02.2023). – Текст : электронный.

3. Кризисная психология : учебное пособие : [16+] / авт.-сост. Е.С. Гольдшмидт, Н.И. Корытченкова, С.С. Смагина, Н.К. Будницкая и др. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – 140 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600274> (дата обращения: 21.02.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-2444-6. – Текст : электронный.

6.2. Дополнительная литература

4. Караванова, Л.Ж. Психология : учебное пособие / Л.Ж. Караванова. – 3-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 264 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573209> (дата обращения: 21.02.2023). – Библиогр.: с. 232 - 233. – ISBN 978-5-394-03766-5. – Текст : электронный.

5. Гуревич, П. С. Психология чрезвычайных ситуаций : учебное пособие / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити-Дана, 2017. – 495 с. – (Актуальная психология). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684996> (дата обращения: 21.02.2023). – ISBN 978-5-238-01246-9. – Текст : электронный.

7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

6. <https://psi.mchs.gov.ru/> Интернет-служба экстренной психологической службы МЧС России

8. Фонд оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Содержание промежуточной аттестации раскрывается в комплекте контролирующих материалов, предназначенных для проверки соответствия уровня подготовки по дисциплине требованиям ФГОС, которые хранятся на кафедре-разработчике РПД в печатном виде и в ЭИОС.

Фонд оценочных материалов (ФОМ) по дисциплине представлен в приложении А.

9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Для успешного освоения дисциплины используются ресурсы электронной информационно-образовательной среды, образовательные интернет-порталы, глобальная компьютерная сеть Интернет. В процессе изучения дисциплины происходит интерактивное взаимодействие обучающегося с преподавателем через личный кабинет студента.

№пп	Используемое программное обеспечение
1	LibreOffice
2	Windows
3	Антивирус Kaspersky

№пп	Используемые профессиональные базы данных и информационные справочные системы
1	Бесплатная электронная библиотека онлайн "Единое окно к образовательным ресурсам" для студентов и преподавателей; каталог ссылок на образовательные интернет-ресурсы (http://Window.edu.ru)
2	Национальная электронная библиотека (НЭБ) — свободный доступ читателей к фондам российских библиотек. Содержит коллекции оцифрованных документов (как открытого доступа, так и ограниченных авторским правом), а также каталог изданий, хранящихся в библиотеках России. (http://нэб.рф/)

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
учебные аудитории для проведения учебных занятий
помещения для самостоятельной работы

Материально-техническое обеспечение и организация образовательного процесса по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в соответствии с «Положением об обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья».

