

**Областное государственное бюджетное профессиональное образовательное  
учреждение**

**«Павловский технологический техникум»**

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА**

**УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

**ОП.07 Психология экстремальных ситуаций**

---

**Специальность: 20.02.04 Пожарная безопасность**

р.п.Павловка 2020 г.

Рабочая программа учебной дисциплины разработана на основе  
Федерального государственного образовательного стандарта (далее ФГОС) по  
специальности (далее СПО)

20.02.04. Пожарная безопасность (базовой подготовки)

*код* *наименование специальности (уровень подготовки)*

утвержденного приказом № 354 от 18 апреля 2014 Министерства образования и  
науки Российской Федерации

РАССМОТРЕНА

ЦМК ОПД и ПМ

(Протокол от «29» 06 2020 г. №10)

Председатель Л.А.Зайцева



УТВЕРЖДАЮ

Зам. директора по УР

И.В.Колесникова

«30» 06 2020 г.

Организация-разработчик: Областное государственное бюджетное  
профессиональное образовательное учреждение «Павловский технологический  
техникум»

Разработчики:

Казакова Н.И., преподаватель ОГБПОУ ТТП

*Фамилия И.О., ученая степень, звание, должность*

*Фамилия И.О., ученая степень, звание, должность*

Рецензенты:

Еремина И.В. психолог МБОУ Павловская средняя школа № 1

*Ф.И.О., должность*

*Ф.И.О., должность*

## СОДЕРЖАНИЕ

	стр.
1. Паспорт рабочей программы учебной дисциплины	2
2. Структура и содержание учебной дисциплины	6
3. Условия реализации учебной дисциплины	9
4. Контроль и оценка результатов освоения учебной дисциплины	11
Приложение 1	13
Приложение 2	17

# 1. ПАСПОРТ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

## ОП.07 Психология экстремальных ситуаций

*название учебной дисциплины*

---

### 1.1. Область применения программы

Рабочая программа учебной дисциплины является частью основной профессиональной образовательной программы ОГБПОУ ТТП р.п.Павловка в соответствии с ФГОС третьего поколения по специальности СПО:

20.02.04 Пожарная безопасность (базовой подготовки)

*наименование специальности*

Рабочая программа учебной дисциплины может быть использована в дополнительном образовании в рамках подготовки специалистов по курсу «Психология экстремальных ситуаций».

Рабочая программа составляется для очной формы обучения.

### 1.2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы

Дисциплина входит в состав дисциплин общих гуманитарных и социально-экономических.

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

В результате освоения обязательной части дисциплины обучающийся должен уметь:

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

В результате освоения обязательной части дисциплины обучающийся должен знать:

- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;

- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- понятие Экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;
- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;
- основные направления работы с различными группами пострадавших;
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;
- признаки и алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;
- механизмы образования толпы;
- принципы профилактики образования толпы;
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;
- влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;
- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.

Содержание дисциплины должно быть ориентировано на подготовку обучающихся по базовой подготовке к освоению профессиональных модулей ОПОП по специальности 20.02.04 «Пожарная безопасность» (ПК):

ПК 1.1. Организовывать несение службы и выезд по тревоге дежурного караула пожарной части.

ПК 1.2. Проводить подготовку личного состава к действиям по тушению пожаров.

ПК 1.3. Организовывать действия по тушению пожаров.

ПК 1.4. Организовывать проведение аварийно-спасательных работ.

ПК 2.1. Осуществлять проверки противопожарного состояния промышленных, сельскохозяйственных объектов, зданий и сооружений различного назначения.

ПК 2.2. Разрабатывать мероприятия, обеспечивающие пожарную безопасность зданий, сооружений, технологических установок и производств.

ПК 2.3. Проводить правоприменительную деятельность по пресечению нарушений требований пожарной безопасности при эксплуатации объектов, зданий и сооружений.

ПК 2.4. Проводить противопожарную пропаганду и обучать граждан, персонал объектов правилам пожарной безопасности.

ПК 3.1. Организовывать регламентное обслуживание пожарно-технического вооружения, аварийно-спасательного оборудования и техники.

ПК 3.2. Организовывать ремонт технических средств.

ПК 3.3. Организовывать консервацию и хранение технических и автотранспортных средств.

В результате освоения дисциплины у обучающихся по углубленной подготовке формируются общие компетенции (ОК):

ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес.

ОК 2. Организовывать собственную деятельность, выбирать типовые методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество.

ОК 3. Принимать решения в стандартных и нестандартных ситуациях и нести за них ответственность.

ОК 4. Осуществлять поиск и использование информации, необходимой для эффективного выполнения профессиональных задач, профессионального и личностного развития.

ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии в профессиональной деятельности.

ОК 6. Работать в коллективе и команде, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.

ОК 7. Брать на себя ответственность за работу членов команды (подчиненных), результат выполнения заданий.

ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.

ОК 9. Ориентироваться в условиях частой смены технологий в профессиональной деятельности.

#### **1.4. Количество часов на освоение программы учебной дисциплины**

Максимальная учебная нагрузка обучающегося 72 часов, в том числе:

- обязательная аудиторная учебная нагрузка обучающегося 48 часов;

- самостоятельная работа обучающегося 24 часов.

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 2.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной деятельности	Объем часов
<b>Максимальная учебная нагрузка (всего)</b>	72
<b>Обязательная аудиторная учебная нагрузка (всего)</b>	48
в том числе:	
лабораторные работы	не предусмотрено
практические занятия	10
курсовая работа (проект)	не предусмотрено
<b>Самостоятельная работа обучающегося</b>	24
в том числе:	
- самостоятельная работа над курсовой работой (проектом)	не предусмотрено
- создание презентации на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС»;	6
- поиск реальных историй людей, пострадавших в ЧС;	4
- доклад по выбранной теме;	10
- отработка методик аутогенных тренировок и саморегуляции.	4
Итоговая аттестация в форме дифференцированного зачета	

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала, лабораторные работы и практические занятия, самостоятельная работа обучающихся, курсовая работа (проект)		Объем часов	Уровень освоения
				Базовая подготовка
1	2		3	4
<b>Тема 1. Введение в психологию экстремальных ситуаций</b>	Содержание учебного материала		<b>8</b>	2
	1	Понятие чрезвычайной, экстремальной, и кризисной ситуации	2	
	2	Субъекты экстремальных ситуаций. Влияние ЭС на человека	2	
	Самостоятельная работа обучающихся:		4	
	1	Создание презентации на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС»		
<b>Тема 2 Психологические особенности поведения населения при чрезвычайных ситуациях</b>	Содержание учебного материала		<b>12</b>	3
	1	Психотравмирующие факторы ЧС и особенности поведенческих реакций личности в ЧС	2	
	2	Особенности развития нервнопсихических расстройств у участников ЧС	2	
	3	Понятие толпы, механизмы образования. Профилактика образования толпы	2	
	Практические занятия		2	
	2	Оценка психического состояния пострадавших в ЧС		
	Самостоятельная работа обучающихся:		4	
	1	Поиск реальных историй людей, пострадавших в ЧС		
<b>Тема 3. Психология стресса</b>	Содержание учебного материала		<b>15</b>	3
	1	Стресс. История изучения и современные представления	2	
	2	Психологический стресс. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса	2	
	3	Виды реакций человека стресс. Отсроченные реакции на травматический стресс	2	
	4	Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса	2	
	Практические занятия		2	
	3	Определение стрессоустойчивости и типа темперамента		
	Самостоятельная работа обучающихся:		5	



	1	Реферат по выбранной теме: – Стресс и утомление как основные группы психических функциональных состояний человека. – Проблема стресса и дистресса в профессиональной деятельности пожарного. – Психофизиологические основы стрессового механизма. – Проблема цели жизни по Г. Селье – Основные правила поведения в условиях стресса. – Симптоматика посттравматического стрессового расстройства		
<b>Тема 4. Экстренная психологическая помощь</b>	Содержание учебного материала		<b>14</b>	
	1	Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС. Помощь при острых реакциях на стресс (при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии)	2	3
	2	Помощь при острых реакциях на стресс (двигательном возбуждении, нервной дрожи, гневе, злости, агрессии). Самопомощь	2	
	3	Ведение информационно-разъяснительной работы. Общение с пострадавшими	2	
	Практические занятия		4	
	4	Оказание экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС		
	5	Ведение информационно-разъяснительной работы с пострадавшими в ЧС		
	Самостоятельная работа обучающихся		4	
1	Доклад на тему «Этнокультурные особенности пострадавших»			
<b>Тема 5 Профессиональное здоровье специалиста</b>	Содержание учебного материала		<b>11</b>	
	1	Профессиональное здоровье специалиста	2	2
	2	Психологическая основа личности пожарного	2	
	3	Профилактика профессионального выгорания и последствий стресса	2	
	Практические занятия		2	
	6	Использование приемов саморегуляции при профилактике проф. выгорания		
	Самостоятельная работа обучающихся:		3	
1	Отработка методик аутогенных тренировок и саморегуляции			
<b>Всего:</b>			<b>72</b>	

### **3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

#### **3.1. Требования к минимальному материально-техническому обеспечению**

Реализация программы дисциплины требует наличия учебного кабинета социально-экономических дисциплин.

Оборудование учебного кабинета:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методических документации;
- дидактические материалы.

Технические средства обучения:

- Телевизор;
- DVD;
- видеокамера;
- компьютер,
- проектор;
- магнитофон.

#### **3.2. Информационное обеспечение обучения (перечень рекомендуемых учебных изданий, Интернет-ресурсов, дополнительной литературы)**

Основные источники:

1. Крюкова М.А., Никитина Г.И., Сергеева Ю.С. Экстренная психологическая помощь: практ. пособие. – М.: ЭНАС, 2018. – 64 с.
2. Пергаменщик Л.А., Пузыревич Н.Л. Психологическая помощь в кризисных ситуациях. Практикум: учеб.-метод. Пособие. – Минск: Изд-во Гревцова, 2019. – 340 с.
3. Самонов А.П. Психология для пожарных. – Пермь: Звезда, 2018. – 598 с.
4. Шойгу Ю.С. Психология экстремальных ситуаций. – М.: Смысл, 2017. – 364 с.

Дополнительные источники:

1. Большой энциклопедический словарь. Гл. ред. А.М. Прохоров. М.: Советская энциклопедия, Санкт - Петербург: Фонд «Ленинградская галерея», 1993. 1630с. (или более поздние издания).

Интернет ресурсы:

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

#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

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

Результаты обучения (освоенные умения, усвоенные знания)	Формы и методы контроля и оценки результатов обучения
<b>Умения:</b>	
- оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику;	Формализованное наблюдение и оценка результата практических работ № 2, 3
- оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях;	Формализованное наблюдение и оценка результата практической работы № 4, 6
- вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;	Формализованное наблюдение и оценка результата практической работы № 5
- учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи.	Оценка результата практической работы №1, 4
<b>Знания:</b>	
- особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;	Оценка выполнения тестовых заданий по темам 2.1, 2.2
- систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;	Оценка выполнения тестовых заданий по темам 2.1, 2.2
- факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;	Оценка выполнения тестовых заданий по темам 2.1, 2.2
- о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;	Оценка выполнения тестовых заданий по теме 2.1, 2.2
- понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи.	Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 4.1
- классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;	Оценка выполнения тестовых заданий по теме 1.1, 1.2

- основные направления работы с различными группами пострадавших;	Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 4.3
- общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;	Оценка результата практической работы № 5
- алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;	Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 4.3
- признаки и алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;	Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 4.1, 4.2
- механизмы образования толпы;	Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 2.3
- принципы профилактики образования толпы;	Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 4.3
- основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;	Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 4.3
- алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;	Формализованное наблюдение и оценка результата практической работы № 4. Оценка выполнения самостоятельной работы по теме 4.1, 4.2
- влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;	Оценка выполнения тестовых заданий по теме 4.1, 2.1
- принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.	Оценка выполнения тестовых заданий по теме 5.3

Приложение 1  
Обязательное

**КОНКРЕТИЗАЦИЯ РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

<b>ВПД 5.2.1. Организация службы пожаротушения и проведение работ по тушению пожаров и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций</b>	
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– оценивать психическое состояние пострадавших и прогнозировать динамику;</li><li>– оказывать экстренную психологическую помощь пострадавшим в чрезвычайных ситуациях</li><li>– учитывать этнокультурные особенности пострадавших при оказании экстренной психологической помощи</li></ul>	<p><b>Тематика практических занятий</b></p> <p>Оценка психического состояния пострадавших в ЧС; Определение стрессоустойчивости и типа темперамента; Оказание экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС; Использование приемов саморегуляции при профилактике проф. выгорания.</p>
<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>– особенности динамики психического состояния и поведения пострадавших в чрезвычайных ситуациях;</li><li>– систематику психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;</li><li>– факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в чрезвычайных ситуациях;</li><li>– понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в чрезвычайных ситуациях, ее цели и задачи;</li><li>– основные</li></ul>	<p><b>Перечень тем:</b></p> <p>Психотравмирующие факторы ЧС и особенности поведенческих реакций личности в ЧС; Особенности развития нервнопсихических расстройств у участников ЧС; Стресс. История изучения и современные представления; Психологический стресс. Факторы, оказывающие влияние на развитие психологического стресса; Виды реакций человека стресс; Влияние индивидуальных и личностных особенностей человека на возникновение и развитие стресса; Отсроченные реакции на травматический стресс; Понятие экстренной психологической помощи пострадавшим в ЧС; Помощь при острых реакциях на стресс (при страхе, тревоге, плаче, истерике, апатии); Помощь при острых реакциях на стресс (двигательном возбуждении, нервной дрожи, гневе, злости, агрессии). Самопомощь; Профессиональное здоровье специалиста; Психологическая основа личности пожарного; Профилактика профессионального выгорания и последствий стресса.</p>

<p>направления работы с различными группами пострадавших;</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– общие принципы и особенности общения с пострадавшими в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– алгоритм общения с пострадавшим, находящимся в очаге чрезвычайной ситуации;</li> <li>– признаки и алгоритмы помощи при острых реакциях на стресс;</li> <li>– алгоритм оказания экстренной психологической помощи при суицидальной попытке;</li> <li>– влияние этнокультурных особенностей пострадавших на поведение в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– принципы профилактики негативных последствий профессионального стресса.</li> </ul>	
<p>Самостоятельная работа студента</p>	<p><b>Тематика самостоятельной работы:</b>          Поиск реальных историй людей, пострадавших в ЧС;          Доклад по выбранной теме;          Доклад на тему «Этнокультурные особенности пострадавших»;          Отработка методик аутогенных тренировок и саморегуляции.</p>
<p><b>ВПД 5.2.2. Осуществление государственных мер в области обеспечения пожарной безопасности</b>  <b>ВПД 5.2.3. Ремонт и обслуживание технических средств, используемых для предупреждения, тушения пожаров и проведения аварийно-спасательных работ</b></p>	
<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– вести информационно-разъяснительную работу с пострадавшими в чрезвычайных</li> </ul>	<p><b>Тематика практических занятий:</b>          Конференция на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС»;          Ведение информационно-разъяснительной работы. Общение с пострадавшими.</p>

ситуациях.	
<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– о влиянии средств массовой информации на психическое состояние пострадавших в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– классификацию групп пострадавших в чрезвычайных ситуациях;</li> <li>– механизмы образования толпы; принципы профилактики образования толпы;</li> <li>– основные принципы ведения информационно-разъяснительной работы;</li> </ul>	<p><b>Перечень тем:</b></p> <p>Понятие чрезвычайной, экстремальной, и кризисной ситуации. Субъекты экстремальных ситуаций. Влияние ЭС на человека. Понятие толпы, механизмы образования. Профилактика образования толпы.</p>
Самостоятельная работа студента	<p><b>Тематика самостоятельной работы:</b></p> <p>Создание презентации на тему «История катастроф, экстремальных ситуаций, ЧС».</p>

Приложение 2  
Обязательное

**ТЕХНОЛОГИИ ФОРМИРОВАНИЯ ОК**

Название ОК	Технология формирования ОК (на учебных занятиях)
ОК 1. Понимать сущность и социальную значимость своей будущей профессии, проявлять к ней устойчивый интерес	<ul style="list-style-type: none"> <li>- овладевает первичными профессиональными навыками и умениями;</li> <li>- овладевает первичными профессиональными навыками и умениями.</li> </ul>
ОК 2. Организовывать собственную деятельность, определять методы и способы выполнения профессиональных задач, оценивать их эффективность и качество	<ul style="list-style-type: none"> <li>- разбивает поставленную цель на задачи и решает их наиболее эффективными способами;</li> <li>- выбирает наиболее эффективный метод решения задач.</li> </ul>
ОК 3. Решать проблемы, оценивать риски и принимать решения в нестандартных ситуациях	<ul style="list-style-type: none"> <li>- знает методики действий в организации повседневной деятельности;</li> <li>- знает методики действий в нестандартных ситуациях.</li> </ul>
ОК 4. Осуществлять поиск, анализ и оценку информации, необходимой для постановки и решения профессиональных задач, профессионального и личностного развития	<ul style="list-style-type: none"> <li>- формулирует вопросы, нацеленные на получение недостающей информации;</li> <li>- характеризует произвольно заданный источник информации в соответствии с задачей информационного поиска;</li> <li>- извлекает информацию по двум и более основаниям из одного или нескольких источников и систематизирует ее в самостоятельно определенной в соответствии с задачей информационного поиска структуре;</li> <li>задает критерии для сравнительного анализа информации в соответствии с поставленной задачей деятельности</li> <li>делает вывод о применимости общей закономерности в конкретных условиях.</li> </ul>
ОК 5. Использовать информационно-коммуникационные технологии для совершенствования профессиональной деятельности.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- применяет ИКТ при выполнении творческих заданий.</li> </ul>
ОК 6. Работать в коллективе и в команде, обеспечивать ее сплочение, эффективно общаться с коллегами, руководством, потребителями.	<ul style="list-style-type: none"> <li>- умеет работать в команде, распределяет обязанности в коллективе для решения общих задач;</li> </ul>
ОК 7. Ставить цели, мотивировать деятельность подчиненных, организовывать	<ul style="list-style-type: none"> <li>- оценивает работу и контролирует работу группы;</li> </ul>



и контролировать их работу с принятием на себя ответственности за результат выполнения заданий.	умет представить результаты выполненной работы.
ОК 8. Самостоятельно определять задачи профессионального и личностного развития, заниматься самообразованием, осознанно планировать повышение квалификации.	- анализирует и формулирует запрос на внутренние ресурсы (знания, умения, навыки, способы деятельности, ценности, установки, свойства психики) для решения профессиональной задачи.
ОК 9. Быть готовым к смене технологий в профессиональной деятельности.	- выбирает технологии применяемые в профессиональной деятельности.



