


**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«РОСТОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ»
МИНИСТЕРСТВА ЗДРАВООХРАНЕНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

факультет клинической психологии

УТВЕРЖДАЮ
Руководитель
образовательной программы
 /Березина З.И./
(подпись) (Ф.И.О.)
«29» августа 2023 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ
ПСИХОЛОГИЯ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ**

Специальность 37.05.01 Клиническая психология

Форма обучения очная

**Ростов-на-Дону
2023**

I. ЦЕЛИ И ЗАДАЧИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

1.1. Цель освоения дисциплины: сформировать у студентов систему научных представлений о психологии экстремальных ситуаций, а также профессиональных умений и навыков в данной предметной области с опорой на современные психологические концепции.

1.2. Задачи изучения дисциплины:

- сформировать представление об истории развития и основных понятиях экстремальной психологии;
- формирование системных теоретических, научных и прикладных знаний об основных теориях о специфике и особенностях экстремальных ситуаций, возникновения и развития психологических состояний, роли личности в преодолении дезадаптивных состояний в сфере профессиональной деятельности в экстремальных условиях;
- сформировать понимание психологических проблем поведения личности и группы в экстремальных ситуациях;
- формирование и развитие умений и навыков психологического консультирования в области экстремальной психологии и составления квалифицированных заключений и консультаций по вопросам оптимизации психологических состояний личности в экстремальных ситуациях;
- формирование опыта практической деятельности решения научных и практических задач оптимизации психологических состояний в экстремальных условиях.

II. ТРЕБОВАНИЯ К РЕЗУЛЬТАТАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

Изучение дисциплины направлено на формирование компетенций в соответствии с ФГОС ВО и ОП ВО по данной специальности:

ПК-2 Способен разрабатывать и внедрять комплексные личностно- и социально-ориентированные программы психопрофилактики, психологической коррекции и клиничко-социальной реабилитации, направленные на улучшение состояния и динамики психологического здоровья населения с учетом предметной специфики, а также факторов риска и дезадаптации.

III. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП ВО

3.1. Дисциплина относится к обязательной части.

IV. СОДЕРЖАНИЕ И СТРУКТУРА ДИСЦИПЛИНЫ

Трудоемкость дисциплины в зет 3 час 108

4.1. Разделы дисциплины, изучаемые в 8 семестре

№ раздела	Наименование раздела	Количество часов					
		Всего	Контактная работа				СРС
			Л	С	ПР	ЛР	
Семестр 8							
1	Введение в психологию экстремальных ситуаций.	22	4		8		10
2	Общее представление о психологии экстремальных ситуаций.	27	4		14		9
3	Последствия экстремальных ситуаций для человека.	27	4		8		15

4	Психологическая помощь в экстремальных ситуациях.	32	4		18		10
Итого по семестру		108	16		48		44
Форма промежуточной аттестации – зачет с оценкой							
<i>Итого по дисциплине:</i>		108	16		48		44

СРС - самостоятельная работа обучающихся

Л - лекции

С – семинары

ЛР – лабораторные работы

ПР – практические занятия

4.2. Контактная работа

Лекции

№ раздела	№ лекции	Темы лекций	Кол-во часов
Семестр 8			
1	1.1.	Предмет и задачи психологии экстремальных ситуаций. История и этапы становления экстремальной психологии. Понятия «экстремальные условия» и «экстремальные состояния».	2
	1.2.	Научно-теоретические основы учений и кризисе и о стрессе. Структура стресса и стрессоры.	2
2	2.1.	Понятие «экстремальная ситуация». Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации.	2
	2.2.	Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования.	2
3	3.1	Личность и группа в экстремальных ситуациях.	2
	3.2.	Психологическое здоровье личности и экстремальные условия.	2
4	4.1.	Методологические проблемы психодиагностики экстремальных состояний личности.	2
	4.2.	Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи.	2
Итого по семестру часов			16
<i>Итого по дисциплине часов:</i>			16

Практические работы

№ раздела	№ ПР	Темы практических работ	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 8				
1	1.1.	Экстремальные условия и экстремальные	2	Собеседование
	1.2.	Психология трудных жизненных и экстремальных ситуаций.	2	Устный опрос
	1.3.	Психотравмирующие факторы, влияющие на возникновение реакций дезадаптации в детском и подростковом возрасте.	2	Устный опрос
	1.4.	Посттравматическое стрессовое расстройство: теоретические и эмпирические модели.	2	Устный опрос
2	2.1.	Понятие «экстремальная ситуация». Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации.	2	Устный опрос
	2.2.	Чрезвычайные ситуации и катастрофы.	2	Собеседование
	2.3.	Катастрофическое сознание: структура, особенности формирования.	2	Устный опрос
	2.4.	Кризисная и критическая ситуации в контексте экстремальности.	2	Устный опрос
	2.5.	Ситуации острого стресса (дистресса).	2	Устный опрос
	2.6.	Тоталитаризм. Ситуация насилия.	2	Устный опрос
	2.7.	Терроризм и экстремизм как типы экстремальных ситуаций.	2	Собеседование
3	3.1.	Психологическая травма. Виды психологических травм. Эмпирические модели посттравматического стресса.	2	Устный опрос
	3.2.	Психологическое здоровье личности и экстремальные условия. Виктимизация личности в экстремальных условиях.	2	Устный опрос
	3.3.	Виктимный и жизнестойкий копинг - стили поведения личности в экстремальной ситуации.	2	Устный опрос
	3.4.	Болезнь как один из типов экстремальной ситуации. Психологический потенциал личности в ситуации болезни.	2	Устный опрос
4	4.1.	Принципы психодиагностики личности в экстремальных ситуациях.	2	Собеседование
	4.2.	Психологическое сопровождение кризисных состояний и в ситуации суицидальных намерений.	2	Устный опрос
	4.3.	Технологии психодиагностики психических и стрессовых состояний. Диагностика психических и стрессовых состояний. Особенности диагностики ПТСР.	2	Тестирование
	4.4.	Технологии психологической помощи в ситуации насилия.	2	Устный опрос

№ раздела	№ ПР	Темы практических работ	Кол-во часов	Формы текущего контроля
	4.5.	Психологическое сопровождение в ситуации потери и смерти.	2	Устный опрос
	4.6.	Диагностика адаптационных возможностей	2	Собеседование
	4.7.	Методы психологической помощи при посттравматическом стрессе.	2	Устный опрос
	4.8.	Психопрофилактика вторичной травматизации помогающих специалистов.	2	Устный опрос
	4.9.	Экстренная психологическая помощь в экстремальных ситуациях при проявлении отсроченных реакций на травматический стресс.	2	Устный опрос
Итого по семестру часов			48	
<i>Итого по дисциплине часов:</i>			48	

4.3. Самостоятельная работа обучающихся

№ раздела	Вид самостоятельной работы обучающихся	Кол-во часов	Формы текущего контроля
Семестр 8			
1	Проведение психологического исследования с использованием методов психологической защиты.	4	Устный опрос.
	Подготовка к семинарским занятиям.	2	Собеседование.
	Подготовка к текущему контролю.	2	Собеседование
	Подготовка к промежуточному контролю.	2	Собеседование
2	Подготовка к семинарским занятиям.	3	Устный опрос.
	Подготовка к текущему контролю.	3	Собеседование.
	Подготовка к промежуточному контролю.	3	Устный опрос.
3	Изучение методов самопомощи в кризисных ситуациях: самонаблюдение, ведение дневника, автобиография, релаксация, работа со своими сновидениями, медитация.	2	Собеседование, устный опрос.
	Написание реферата.	7	Защита реферата.
	Подготовка к семинарским занятиям.	2	Устный опрос.
	Подготовка к текущему контролю.	2	Собеседование.
	Подготовка к промежуточному контролю.	2	Устный опрос.
4	Изучение методов психологической помощи пострадавшим от насилия.	4	Собеседование
	Подготовка к семинарским занятиям.	2	Устный опрос.
	Подготовка к текущему контролю.	2	Собеседование.

№ раздела	Вид самостоятельной работы обучающихся	Кол-во часов	Формы текущего контроля
	Подготовка к промежуточному контролю.	2	Устный опрос.
Итого по семестру часов		44	
<i>Итого по дисциплине часов:</i>		44	

Темы рефератов

1. Понятие «экстремальная ситуация»: природа возникновения, психологические реакции человека.
2. Понятие «кризис»: природа возникновения, психологические реакции человека.
3. Переживание как процесс преодоления кризиса: сущность, типы.
4. Стадии кризиса. Эмоциональное состояние человека в период кризиса.
5. Гендерные особенности протекания кризиса.
6. Типы жизненных кризисов.
7. Возрастные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса.
8. Профессиональные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса.
9. Потеря близкого человека, утрата.
10. Типы ситуационных реакций на стресс.
11. Детерминанты ситуационных реакций на стресс.
12. Болезнь как потеря здоровья, структура внутренней картины болезни (уровни).
13. Типы отношения к болезни (Н.Я. Иванов).
14. Детерминанты формирования внутренней картины болезни.
15. Возраст, его значение в болезни.
16. Темперамент, его значение в болезни.
17. Характер и шкала ценностей, их значение в болезни.
18. Социальное положение больного, его значение в болезни.
19. Эмоциональная реакция на болезнь.
20. Болевой синдром.
21. Отношение врача к больному.

V. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ (в фонде оценочных средств).

VI. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ

6.1. Печатные издания

1. Малкина-Пых, И.Г. Психосоматика : учебник / И.Г. Малкина-Пых. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2019. – 422 с. – ISBN 978-5-4499-1464-4. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
2. Тихонова, Я.Г. Психологические особенности экстремальных ситуаций : учебное пособие / Я.Г. Тихонова. – 3-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2020. – 107 с. – ISBN 978-5-9765-2501-6. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
3. Александровский, Ю.А. Катастрофы и психическое здоровье : учебное пособие / Ю.А. Александровский. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2020. – 144 с. – ISBN 978-5-9704-5917-1. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
4. Китаев-Смык, Л.А. Психология стресса. Психологическая антропология стресса / Л.А. Китаев-Смык. – Москва : Академический Проект, 2020. – 943 с. – ISBN 978-

- 5-8291-2733-6. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
5. Цыганков, Б.Д. Психиатрия : учебник / Б.Д. Цыганков, С.А. Овсянников. – 2-е изд. перераб. – Москва : ГЭОТАР-Медиа, 2021. – 544 с. – ISBN 978-5-9704-6053-5. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
 6. Шнейдер, Л.Б. Семейная психология : Антология / Л.Б. Шнейдер. – Москва : Академический Проект, 2020. – 720 с. (Summa) – ISBN 978-5-8291-2878-4. - Доступ из ЭБС «Консультант студента» – Текст: электронный
 7. Клиническая психология : учебник / под ред. Б.Д. Карвасарского. – 5-е издание, доп. – Санкт-Петербург : Питер, 2021. – 890 с. - ISBN 978-5-4461-1206-7
 8. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии : учебник / С.Л. Рубинштейн. – Санкт-Петербург : Питер, 2021. – 705, [6] с. – ISBN 978-5-4461-1063-6

6.2. Интернет-ресурсы

	ЭЛЕКТОРОННЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ РЕСУРСЫ	Доступ к ресурсу
	Электронная библиотека РостГМУ. – URL: http://109.195.230.156:9080/opac/	Доступ неограничен
	Консультант студента [Комплекты: «Медицина. Здравоохранение. ВО»; «Медицина. Здравоохранение. СПО»; «Психологические науки»] : Электронная библиотечная система. – Москва : ООО «Политехресурс». - URL: https://www.studentlibrary.ru + возможности для инклюзивного образования	Доступ неограничен
	Консультант врача. Электронная медицинская библиотека : Электронная библиотечная система. – Москва : ООО «Высшая школа организации и управления здравоохранением. Комплексный медицинский консалтинг». - URL: http://www.rosmedlib.ru + возможности для инклюзивного образования	Доступ неограничен
	Научная электронная библиотека eLIBRARY. - URL: http://elibrary.ru	Открытый доступ
	Национальная электронная библиотека. - URL: http://нэб.рф/	Доступ с компьютеров библиотеки
	БД издательства Springer Nature. - URL: https://link.springer.com/ по IP-адресам РостГМУ и удалённо после регистрации, удалённо через КИАС РФФИ https://kias.rfbr.ru/reg/index.php (Нацпроект)	Доступ неограничен
	Wiley Online Library / John Wiley & Sons. - URL: http://onlinelibrary.wiley.com по IP-адресам РостГМУ и удалённо после регистрации (Нацпроект)	Доступ ограничен
	Wiley. Полнотекстовая коллекция электронных журналов Medical Sciences Journal Backfile : архив. – URL : https://onlinelibrary.wiley.com/ по IP-адресам РостГМУ и удалённо после регистрации (Нацпроект)	Бессрочная подписка
	Sage Publication : [полнотекстовая коллекция электронных книг eBook Collections]. – URL: https://sk.sagepub.com/books/discipline по IP-адресам РостГМУ (Нацпроект)	Бессрочная подписка
	Wiley : офиц. сайт; раздел «Open Access» / John Wiley & Sons. – URL: https://authorservices.wiley.com/open-research/open-access/browse-journals.html	Контент открытого доступа
	Российское образование. Единое окно доступа : федеральный портал. - URL: http://www.edu.ru/ . – Новая образовательная среда.	Открытый доступ
	Федеральный центр электронных образовательных ресурсов. -	Открытый

URL: http://srtv.fcior.edu.ru/	доступ
Cochrane Library : офиц. сайт ; раздел «Open Access». - URL: https://cochranelibrary.com/about/open-access	Контент открытого доступа
Кокрейн Россия : российское отделение Кокрановского сотрудничества / РМАНПО. – URL: https://russia.cochrane.org/	Контент открытого доступа
Cyberleninka Open Science Hub : открытая научная электронная библиотека публикаций на иностранных языках. – URL: https://cyberleninka.org/	Контент открытого доступа
Научное наследие России : электронная библиотека / МСЦ РАН. - URL: http://www.e-heritage.ru/	Открытый доступ
КООБ.ru : электронная библиотека книг по медицинской психологии. - URL: http://www.koob.ru/medical_psychology/	Открытый доступ
Президентская библиотека : сайт. - URL: https://www.prlib.ru/collections	Открытый доступ
SAGE Openaccess : ресурсы открытого доступа / Sage Publications. – URL: https://uk.sagepub.com/en-gb/eur/open-access-at-sage	Контент открытого доступа
EBSCO & Open Access : ресурсы открытого доступа. – URL: https://www.ebsco.com/open-access	Контент открытого доступа
ScienceDirect : офиц. сайт; раздел «Open Access» / Elsevier. - URL: https://www.elsevier.com/open-access/open-access-journals	Контент открытого доступа
Karger Open Access : журналы открытого доступа / S. Karger AG. – URL: https://www.karger.com/OpenAccess/AllJournals/Index	Контент открытого доступа
Архив научных журналов / НП НЭИКОН. - URL: https://arch.neicon.ru/xmlui/	Открытый доступ
International Scientific Publications. – URL: http://www.scientific-publications.net/ru/	Открытый доступ
Эко-Вектор : портал научных журналов / IT-платформа российской ГК «ЭКО-Вектор». - URL: http://journals.eco-vector.com/	Открытый доступ
Всемирная организация здравоохранения : офиц. сайт. - URL: http://who.int/ru/	Открытый доступ
Министерство науки и высшего образования Российской Федерации : офиц. сайт. - URL: http://minobrnauki.gov.ru/ (поисковая система Яндекс)	Открытый доступ
Словари и энциклопедии на Академике. - URL: http://dic.academic.ru/	Открытый доступ

6.3. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

При изучении данной дисциплины студенты выполняют различные виды самостоятельной работы: подготовка к семинарским занятиям, подготовка работы по реферированию первоисточника и подготовка к тестированию.

Знакомство с дисциплиной происходит на первой лекции, где от студента требуется внимание и самостоятельное оформление конспекта. При работе с конспектом лекций необходимо учитывать тот фактор, что одни лекции дают ответы на конкретные вопросы темы, другие – лишь выявляют взаимосвязи между явлениями, помогая студенту понять глубинные процессы развития изучаемого предмета как в истории, так и в настоящее время.

Реферат – письменный доклад по определенной теме, в котором собрана информация из одного или нескольких источников. Рефераты пишутся стандартным

языком, с использованием типологизированных речевых оборотов вроде: «важное значение имеет», «уделяется особое внимание», «поднимается вопрос», «делаем следующие выводы», «исследуемая проблема», «освещаемый вопрос» и т.п. К языковым и стилистическим особенностям рефератов относятся слова и обороты речи, носящие обобщающий характер, словесные клише. У рефератов особая логичность подачи материала и изъяснения мысли, определенная объективность изложения материала. Реферат не копирует дословно содержание первоисточника, а представляет собой новый вторичный текст, создаваемый в результате систематизации и обобщения материала первоисточника, его аналитико-синтетической переработки. Будучи вторичным текстом, реферат составляется в соответствии со всеми требованиями, предъявляемыми к связанному высказыванию: так ему присущи следующие категории: оптимальное соотношение и завершенность (смысловая и жанрово-композиционная). Для реферата отбирается информация, объективно-ценная для всех читающих, а не только для одного автора. Автор реферата не может пользоваться только ему понятными значками, пометами, сокращениями. Работа, проводимая автором для подготовки реферата должна обязательно включать самостоятельное мини-исследование, осуществляемое студентом на материале или художественных текстов по литературе, или архивных первоисточников по истории и т.п. Организация и описание исследования представляет собой очень сложный вид интеллектуальной деятельности, требующий культуры научного мышления, знания методики проведения исследования, навыков оформления научного труда и т.д. Мини-исследование раскрывается в реферате после глубокого, полного обзора научной литературы по проблеме исследования.

Работа выполняется на компьютере (гарнитура Times New Roman, шрифт 14) через 1,5 интервала с полями: верхнее, нижнее – 2; левое – 3; правое – 1,5. Отступ первой строки абзаца – 1,25. Сноски постраничные (шрифт 12), их нумерация должна быть сквозной по всему тексту реферата. Нумерация страниц должна быть сквозной (номер не ставится на титульном листе, но в общем количестве страниц учитывается). Таблицы и рисунки встраиваются в текст работы, их нумерация должна быть сквозной по всему реферату. Они все должны иметь название.

Объем реферата должен составлять 17-22 страниц компьютерного текста, не считая приложений.

Структура реферата:

1. Титульный лист - 1 страница;
2. Оглавление - 1 страница;
3. Введение – 2-3 страницы;
4. Основная часть – 10-12 страниц;
5. Заключение - 2-3 страницы;
6. Список использованной литературы -1-2 страницы;
7. Приложения.

Некоторые рефераты могут содержать приложения. Однако это необязательная часть работы, и в общем объеме её не учитывают.

Для прохождения **тестирования** студентам предлагаются вопросы с вариантами ответов (закрытые) и/или открытые вопросы. Тестирование является текущей формой проверки знаний. При самостоятельной подготовке к тестированию студенту необходимо: а) готовясь к тестированию, проработать информационный материал по дисциплине. Проконсультироваться с преподавателем по вопросу выбора учебной литературы; б) четко выяснить все условия тестирования заранее.

При выполнении всех форм самостоятельной работы студенты пользуются литературой, указанной в списке, интернет источниками и ЭБС Консультант студента. Самостоятельная работа направлена на овладение обучающимися фундаментальными знаниями, профессиональными умениями и навыками, умениями работы с литературными источниками, практического решения задач, на развитие логического мышления,

творческой активности, исследовательского подхода в освоении учебного материала, развитие познавательных способностей.

Работу с источниками надо начинать с ознакомительного чтения, т.е. просмотреть текст, выделяя его структурные единицы. При ознакомительном чтении закладками отмечаются те страницы, которые требуют более внимательного изучения.

Если в литературе встречаются разные точки зрения по тому или иному вопросу из-за сложности прошедших событий и правовых явлений, нельзя их отвергать, не разобравшись. При наличии расхождений между авторами необходимо найти рациональное зерно у каждого из них, что позволит глубже усвоить предмет изучения и более критично оценивать изучаемые вопросы. Знакомясь с особыми позициями авторов, нужно определять их схожие суждения, аргументы, выводы, а затем сравнивать их между собой и применять из них ту, которая более убедительна.

Следующим этапом работы с литературными источниками является создание конспектов, фиксирующих основные тезисы и аргументы. Можно делать записи на отдельных листах, которые потом легко систематизировать по отдельным темам изучаемого курса. Другой способ – это ведение тематических тетрадей-конспектов по одной какой-либо теме.

Результаты выполнения самостоятельной работы представляются студентами во время аудиторных занятий, проверяются и оцениваются преподавателем в ходе текущего (рубежного, итогового) контроля – в соответствии с учебным планом.

В целом самостоятельная работа обучающихся при изучении курса, независимо от формы обучения это:

- усвоение содержания материала занятий на базе рекомендованной основной учебной дополнительной литературы;
- изучение учебной, научной, методической, справочной литературы, в том числе с привлечением электронных средств информации;
- составление различных видов записей прочитанного: конспектирование, аннотирование, реферирование;
- подготовка сообщений к выступлению на семинаре, конференции;
- выполнение индивидуальных заданий по различным разделам содержания учебной дисциплины.