

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

---

Волгоградский институт управления - филиал  
Факультет государственного и муниципального управления  
Кафедра психологии

УТВЕРЖДЕНА

решением кафедры психологии.

Протокол от 02 сентября 2019 г.  
№ 1

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**Б1.В.ДВ.09.02 Психологическая помощь в экстренных ситуациях**  
(индекс и наименование дисциплины, в соответствии с учебным планом)

по направлению подготовки (уровень бакалавриат)

37.03.01 Психология

---

(код и наименование направления подготовки (специальности))

Психологическое консультирование

---

*направленность (профиль)*

*Бакалавр*

---

*квалификация*

*очная*  
*год набора 2020 год*

---

*форма(ы) обучения*

Волгоград, 2018 г.

**Автор(ы)—составитель(и):**

Канд. филос. наук,  
доцент кафедры психологии

Хрипунова С.В.

Заведующий кафедрой психологии  
Канд. псих. наук, доцент

Зиновьева Дина Муратовна

## СОДЕРЖАНИЕ

|                                                                                                                                                                            |    |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы .....                              | 4  |
| 2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы .....                                                                                                    | 5  |
| 3. Содержание и структура дисциплины .....                                                                                                                                 | 6  |
| 4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств по дисциплине .....                                                                       | 8  |
| 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины .....                                                                                                      | 16 |
| 6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся по дисциплине ..... | 16 |
| 7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы .....                                              | 17 |

# **1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения программы**

1.1. Дисциплина Б1.В.ДВ.09.02 «Психологическая помощь в экстренных ситуациях» обеспечивает овладение следующими компетенциями:

| Код компетенций | Наименование компетенции                                                                                                                                                                                                                   | Код этапа освоения компетенции | Наименование этапа освоения компетенции                                                                                                                                                           |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-9            | способность к реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях | ПК-9.2                         | Способность разрабатывать программы по психологической поддержке разных слоев населения в различных трудных жизненных ситуациях. Способность осуществлять деловое общение и публичные выступления |

1.2. Результаты освоения дисциплины у студентов должны быть сформированы:

| ОТФ/ТФ                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 | Код этапа освоения компетенции | Результаты обучения                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| организация и предоставление психологических услуг лицам разных возрастов и социальных групп (результаты форсайт-сессии от 01.03.2016, утв. протоколом кафедры психологии №11 от 04.03.2016 г.).<br>Профессиональные действия:<br>Организация психологического сопровождения и психологической помощи социально уязвимым слоям населения (клиентам), организация работы по созданию системы психологического просвещения населения, работников органов и организаций социальной сферы. | ПК-9.2                         | Применяет теоретические и практические знания для выявления специфики отклонения личности от нормальной траектории развития в рамках определенной ситуации развития. Использует практические психологические методы на практик. Работает с различными кризисами с опорой на базовые концепции личности. Вступает в контакт и развивает конструктивные отношения с разными социальными уязвимыми группам и населения. |

## **2. Объем и место дисциплины в структуре образовательной программы**

Учебная дисциплина Б1.В.ДВ.09.02 «Психологическая помощь в экстренных ситуациях» принадлежит к блоку дисциплины по выбору. По очной форме обучения дисциплина осваивается в 6 семестре, общая трудоемкость дисциплины в зачетных единицах составляет 3 ЗЕ (108 часов).

По очной форме обучения количество академических часов, выделенных на контактную работу с преподавателем (по видам учебных занятий) – 54 часов и на самостоятельную работу обучающихся – 54 часов.

Форма промежуточной аттестации – зачет.

### 3. Содержание и структура дисциплины

| № п/п                | Наименование тем (разделов),                                                                                                                                                                     | Объем дисциплины (модуля), час. |                                                                         |    |    |         |         | Форма текущего контроля успеваемости **, промежуточной аттестации |
|----------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------|----|----|---------|---------|-------------------------------------------------------------------|
|                      |                                                                                                                                                                                                  | Всего                           | Контактная работа обучающихся с преподавателем по видам учебных занятий |    |    |         | СР<br>С |                                                                   |
|                      |                                                                                                                                                                                                  |                                 | Л                                                                       | ЛР | ПЗ | КС<br>Р |         |                                                                   |
| Очная форма обучения |                                                                                                                                                                                                  |                                 |                                                                         |    |    |         |         |                                                                   |
| Тема 1               | Теоретические основы «психологии экстремальных ситуаций». Объект, предмет, цели и задачи.                                                                                                        | 8                               | 2                                                                       |    | 2  |         | 4       | О                                                                 |
| Тема 2               | Психологические закономерности жизнедеятельности человека в изменчивых(непривычных) условиях существования: авиационные и космические полеты, пребывание в труднодоступных районах Земного шара. | 8                               | 2                                                                       |    | 2  |         | 4       | О                                                                 |
| Тема 3               | Этапы психической адаптации.                                                                                                                                                                     | 8                               | 2                                                                       |    | 2  |         | 4       | О                                                                 |
| Тема 4               | Неизвестность как фактор влияния на человека                                                                                                                                                     | 12                              | 2                                                                       |    | 4  |         | 6       | О                                                                 |
| Тема 5               | Понятие предстартового напряжения и его влияние на человека                                                                                                                                      | 12                              | 2                                                                       |    | 4  |         | 6       | Т                                                                 |
| Тема 6               | Острые психические реакции как закономерность реагирования в экстремальных ситуациях                                                                                                             | 12                              | 2                                                                       |    | 4  |         | 6       | О                                                                 |
| Тема 7               | Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям<br>Часть 1                                                                                               | 12                              | 2                                                                       |    | 4  |         | 6       | О                                                                 |
| Тема 8               | Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям<br>Часть 2                                                                                               | 12                              | 2                                                                       |    | 4  |         | 6       | О                                                                 |
| Тема 9               | Вынужденное одиночество: механизмы и процессы протекания                                                                                                                                         | 12                              | 2                                                                       |    | 4  |         | 6       | О                                                                 |
| Тема 10              | Завершающее эмоциональное напряжение                                                                                                                                                             | 12                              | 2                                                                       |    | 4  |         | 6       | Т                                                                 |

| № п/п                    | Наименование тем<br>(разделов), | Объем дисциплины (модуля), час. |                                                                                  |    |    |         |         | Форма<br>текущего<br>контроля<br>успеваемости<br>**<br>,<br>промежуточн<br>ой<br>аттестации |
|--------------------------|---------------------------------|---------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------|----|----|---------|---------|---------------------------------------------------------------------------------------------|
|                          |                                 | Всего                           | Контактная работа<br>обучающихся с<br>преподавателем<br>по видам учебных занятий |    |    |         | СР<br>С |                                                                                             |
|                          |                                 |                                 | Л                                                                                | ЛР | ПЗ | КС<br>Р |         |                                                                                             |
| Очная форма обучения     |                                 |                                 |                                                                                  |    |    |         |         |                                                                                             |
| Промежуточная аттестация |                                 |                                 |                                                                                  |    |    |         |         | зачет                                                                                       |
| Всего:                   |                                 | 108                             | 20                                                                               |    | 34 |         | 54      |                                                                                             |

Примечание:

\* – при применении электронного обучения, дистанционных образовательных технологий в соответствии с учебным планом;

\*\* – формы текущего контроля успеваемости: опрос (О), тестирование (Т)

### Содержание дисциплины

**Тема 1.** Теоретические основы «психологии экстремальных ситуаций». Объект, предмет, цели и задачи.

**Тема 2.** Психологические закономерности жизнедеятельности человека в изменчивых(непривычных) условиях существования: авиационные и космические полеты, пребывание в труднодоступных районах Земного шара

**Тема 3.** Этапы психической адаптации.

**Тема 4** Неизвестность как фактор влияния на человека

**Тема 5.** Понятие предстартового напряжения и его влияние на человека

**Тема 6.** Острые психические реакции как закономерность реагирования в экстремальных ситуациях

**Тема 7** Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 1

**Тема 8.** Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 2

**Тема 9.** Вынужденное одиночество: механизмы и процессы протекания

**Тема 10.** Завершающее эмоциональное напряжение

На самостоятельную работу студентов по дисциплине Б1.В.ДВ.09.02 «Психологическая помощь в экстренных ситуациях» выносятся следующие темы:

| Тема                             | Вопросы, выносимые на СРС                            | Очная форма |
|----------------------------------|------------------------------------------------------|-------------|
| Теоретические основы «психологии | Объект и предмет психологии экстремальных ситуаций.. | О           |

|                                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                 |   |
|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---|
| экстремальных ситуаций». Объект, предмет, цели и задачи.                                                                                                                                         | Основные цели и задачи психологии экстремальных ситуаций.                                                                                                                                                                                                       |   |
| Психологические закономерности жизнедеятельности человека в изменчивых(непривычных) условиях существования: авиационные и космические полеты, пребывание в труднодоступных районах Земного шара. | Определение понятия «изменчивые(непривычные) условия» существования человека.<br>Понятие экстремальных ситуаций.<br>Монотония.<br>Рассогласование ритма сна и бодрствования.<br>Ограничение информации.<br>Одиночество.<br>Групповая изоляция.<br>Угроза жизни. | О |
| Этапы психической адаптации.                                                                                                                                                                     | Понятие адаптации.<br>Виды и признаки адаптации<br>Этапы адаптации.                                                                                                                                                                                             | О |
| Неизвестность как фактор влияния на человека                                                                                                                                                     | Тактика познавательного поведения.<br>Взаимодействие в группе операторов.<br>Формирование психологически совместимого экипажа                                                                                                                                   | О |
| Понятие предстартового напряжения и его влияние на человека                                                                                                                                      | Состояние тревожного ожидания.<br>Причины, свойства и последствия.                                                                                                                                                                                              | Т |
| Острые психические реакции как закономерность реагирования в экстремальных ситуациях                                                                                                             | Эмоциональное разрешение.<br>Пространственные иллюзии.<br>Нарушение самосознания.<br>Аффективные реакции.<br>Дисгармония двигательной деятельности                                                                                                              | О |
| Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 1                                                                                                  | Сенсорный голод.<br>Ожившие образы.                                                                                                                                                                                                                             | О |
| Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 2                                                                                                  | .Психология скуки.<br>Пароксизмы сна.                                                                                                                                                                                                                           | О |
| Вынужденное одиночество: механизмы и процессы протекания                                                                                                                                         | «Сотворение собеседника».<br>Раздвоение личности.<br>Сновидения, принятые за реальность.                                                                                                                                                                        | О |
| Завершающее эмоциональное напряжение                                                                                                                                                             | Возвращение в обычные условия.<br>Реадаптация.<br>Острые психические реакции выхода.<br>Меры защиты от психогенных факторов.                                                                                                                                    | Т |

#### 4. Материалы текущего контроля успеваемости обучающихся и фонд оценочных средств по дисциплине

#### 4.1 Формы и методы текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации.

В ходе реализации дисциплины Б1.В.ДВ.09.02 «Психологическая помощь в экстренных ситуациях» используются следующие формы и методы текущего контроля успеваемости обучающихся:

| № п/п   | Наименование тем (разделов)                                                                                                                                                               | Методы текущего контроля успеваемости |
|---------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------|
| Тема 1  | Теоретические основы «психологии экстремальных ситуаций». Объект, предмет, цели и задачи                                                                                                  | Устный опрос                          |
| Тема 2  | Психологические закономерности жизнедеятельности человека в изменчивых (непривычных) условиях существования: авиационные и космические полеты, пребывание в труднодоступных районах Земли | Устный опрос                          |
| Тема 3  | Этапы психической адаптации.                                                                                                                                                              | Устный опрос                          |
| Тема 4  | Неизвестность как фактор влияния на человека                                                                                                                                              | Устный опрос                          |
| Тема 5  | Понятие предстартового напряжения и его влияние на человека                                                                                                                               | Письменный опрос                      |
| Тема 6  | Острые психические реакции как закономерность реагирования в экстремальных ситуациях                                                                                                      | Устный опрос                          |
| Тема 7  | Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 1                                                                                           | Устный опрос                          |
| Тема 8  | Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 2                                                                                           | Устный опрос                          |
| Тема 9  | Вынужденное одиночество: механизмы и процессы протекания                                                                                                                                  | Устный опрос                          |
| Тема 10 | Завершающее эмоциональное напряжение                                                                                                                                                      | Тестирование                          |

Промежуточная аттестация проводится в форме зачета методом устного опроса по перечню примерных вопросов из п.4.3, тестирования и моделирования ситуаций по перечню заданий из п.4.3

#### 4.2. Материалы текущего контроля успеваемости.

Тема 1. Теоретические основы «психологии экстремальных ситуаций». Объект, предмет, цели и задачи

Вопросы для устного опроса:

1. Объект и предмет психологии экстремальных ситуаций..
2. Основные цели и задачи психологии экстремальных ситуаций.

Тема 2. Психологические закономерности жизнедеятельности человека в изменчивых (непривычных) условиях существования: авиационные и космические полеты, пребывание в труднодоступных районах Земли

Вопросы для устного опроса:

1. Определение понятия «изменчивые(непривычные) условия» существования человека.

2. Понятие экстремальных ситуаций.
3. Монотония.
4. Рассогласование ритма сна и бодрствования.
5. Ограничение информации.
6. Одиночество.
7. Групповая изоляция.
8. Угроза жизни.

Тема 3. Этапы психической адаптации.

Вопросы для устного опроса:

1. Понятие адаптации.
2. Виды и признаки адаптации
3. Этапы адаптации.

Тема 4. Неизвестность как фактор влияния на человека

Вопросы для устного опроса:

1. Тактика познавательного поведения.
2. Взаимодействие в группе операторов.
3. Формирование психологически совместимого экипажа

Тема 5. Понятие предстартового напряжения и его влияние на человека

Вопросы для устного опроса:

1. Состояние тревожного ожидания.
2. Причины, свойства и последствия.

Вопросы для тестирования:

1.Нетипичную реакцию организма на любое предъявляемое ему требование называют:

- а) стрессом;
- б) травмой;
- в) страхом;
- г) нет правильного ответа.

2.Первая стадия развития стресса:

- а) резистенция;
- б) тревога;
- в) истощение;

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма, относится к:

- а) дистрессу;
- б) эустрессу;
- в) нет правильных ответов.

3.Вид стрессора, к которому относятся болевые воздействия, холод, жара, давление, физические нагрузки:

- а) психологический;
- б) информационный;
- в) физиологический.

4.Стресс, который перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту:

- а) травматический;
- б) острый;
- в) эустресс.

5.Профессиональный стресс это:

- а) стресс, возникающий в процессе трудовой деятельности человека;

- б) стресс, возникающий во время отдыха;
- в) стресс, не возникающий вообще;
- г) стресс, возникающий в профессиональной деятельности человека при исключительных (травмирующих) обстоятельствах;
- д) нет правильного ответа.

Тема 6. Острые психические реакции как закономерность реагирования в экстремальных ситуациях

Вопросы для устного опроса:

1. Эмоциональное разрешение.
2. Пространственные иллюзии.
3. Нарушение самосознания.
4. Аффективные реакции.
5. Дисгармония двигательной деятельности.

Тема 7. Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 1

Вопросы для устного опроса:

1. Сенсорный голод.
2. Ожившие образы.

Тема 8. Необычные психические состояния на этапе переадаптации личности к изменившимся условиям Часть 2

Вопросы для устного опроса:

1. Психология скуки.
2. Пароксизмы сна.

Тема 9. Вынужденное одиночество: механизмы и процессы протекания

Вопросы для устного опроса:

1. «Сотворение собеседника».
2. Раздвоение личности.
3. Сновидения, принятые за реальность.

Тема 10. Завершающее эмоциональное напряжение

Вопросы для устного опроса:

1. Возвращение в обычные условия.
2. Реадаптация.
3. Острые психические реакции выхода.
4. Меры защиты от психогенных факторов.

Вопросы для тестирования:

17. Назовите количество этапов адаптации к экстремальным условиям жизни:

- а) 7 этапов;
- б) 10 этапов;
- в) 3 этапа;
- г) нет правильного ответа.

18. При подборе экипажа учитывается:

- а) цели, задачи полета, индивидуально-психические особенности членов экипажа;
- б) продолжительное знакомство членов экипажа и участие в предыдущей деятельности;
- в) доверие членов экипажа друг к другу;

г) нет правильного ответа.

19. Основные проявления «предстартового напряжения»:

а) бессонница;

б) «проигрывание» предстоящего поведения в воображении;

в) все ответы правильные;

г) нет правильного ответа.

20. При преодолении барьера, отделяющего обычные условия жизни от экстремальных, какое количество информации необходимо человеку:

а) избыточное;

б) недостаточное;

в) необходимое;

г) нет правильного ответа.

## **ИТОГОВЫЙ ТЕСТ ПО КУРСУ «Психологическая помощь в экстренных ситуациях»**

1. Нетипичную реакцию организма на любое предъявляемое ему требование называют:

а) стрессом;

б) травмой;

в) страхом;

г) нет правильного ответа.

2. Первая стадия развития стресса:

а) резистенция;

б) тревога;

в) истощение;

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма, относится к:

а) дистрессу;

б) эустрессу;

в) нет правильных ответов.

3. Вид стрессора, к которому относятся болевые воздействия, холод, жара, давление, физические нагрузки:

а) психологический;

б) информационный;

в) физиологический.

4. Стресс, который перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту:

а) травматический;

б) острый;

в) эустресс.

5. Профессиональный стресс это:

а) стресс, возникающий в процессе трудовой деятельности человека;

б) стресс, возникающий во время отдыха;

в) стресс, не возникающий вообще;

г) стресс, возникающий в профессиональной деятельности человека при исключительных (травмирующих) обстоятельствах;

д) нет правильного ответа.

6. Стессовая реакция, выражаемая изменением восприятия и осознания информации, поступающей к человеку, который находится в экстремальной ситуации, называется:

а) эмоционально-поведенческой;

б) когнитивной;

в) вегетативной;

г) социально-психологической.

#### 4.3 Оценочные средства для промежуточной аттестации.

Зачет проводится в три этапа: 1 этап – моделирование ситуаций, 2 этап – тестирование, 3 этап – устный опрос

##### 4.3.1. Формируемые компетенции

| Код компетенций | Наименование компетенции                                                                                                                                                                                                                   | Код этапа освоения компетенции | Наименование этапа освоения компетенции                                                                                                                                                           |
|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-9            | Способность к реализации базовых процедур анализа проблем человека, социализации индивида, профессиональной и образовательной деятельности, функционированию людей с ограниченными возможностями, в том числе и при различных заболеваниях | ПК-9.6                         | Способность разрабатывать программы по психологической поддержке разных слоев населения в различных трудных жизненных ситуациях. Способность осуществлять деловое общение и публичные выступления |

| Этап освоения компетенции                                                                                                                                                                                   | Показатель оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                | Критерий оценивания                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| ПК-9.6<br>Способность разрабатывать программы по психологической поддержке разных слоев населения в различных трудных жизненных ситуациях. Способность осуществлять деловое общение и публичные выступления | Применяет теоретические и практические знания для выявления специфики отклонения личности от нормальной траектории развития в рамках определенной ситуации развития. Использует практические психологические методы на практик. Работает с различными кризисами с опорой на базовые концепции личности. Вступает в контакт и развивает конструктивные отношения с разными социальными уязвимыми группам и населения. | Точно объяснена специфика отклонения личности от нормальной траектории развития в рамках определенной ситуации развития; верно выбран метод или концепция помощи.<br>Спланировано и проведено психологическое обследование, логично обобщены результаты оценены психологические потребности, риски и ресурсы клиента, выявлены особенности их социального окружения и условий жизни.<br>Отрегулировано поведение на публике, публично грамотно и логично формулирует мысли.<br>Тщательно проанализированы особенности проявления вербальной и невербальной коммуникации клиента. |

##### 4.3.2. Типовые оценочные средства

###### 1 этап

Задания для моделирования ситуаций по курсу «Психологическая помощь в экстренных ситуациях»:

**Тема 1.** Незнание как фактор влияния на человека. Формирование психологически совместимого экипажа

Цели упражнения: проанализировать личный опыт команды и влияние на профессиональную деятельность стресс-факторов. Определить модели поведения при разрешении проблемных ситуаций.

Задание 1. Участникам раздать листы бумаги и предложить оставить список из 10 важных событий жизни за последние 4 года. После этого разбить их по степени важности: если события это 100%, то одно событие может быть важным на 15%, а другое на 30%. Если все события одинаково значимы, тогда они не могут быть более 10%. Затем каждое событие отнести к одной из сфер жизни ( физическая, социальная духовная, деятельностьная). Каждый из участников определяет, какие сферы у него развиты больше или меньше.

Задание 2. Участники группы выбирают одного добровольца, который будет в роли таможенника, другие – контрабандисты. Доброволец выходит за дверь, оставшиеся участники решают, у кого будет спрятана коробка с карандашами. Все контрабандисты по очереди проходят через таможню. Таможенник не имеет права осматривать контрабандистов, но может задавать вопросы. Задача таможенника – догадаться, у кого из контрабандистов была коробка с карандашами. Задача контрабандистов – найти такую стратегию поведения, чтобы спокойно пройти с карандашами таможню. Для выполнения этого упражнения требуются нестандартные подходы к решению задачи и отработка алгоритмов действия сплоченного коллектива.

Задание 3. Участники делятся на пары. Одному из каждой пары ведущий раздает заранее приготовленные листы в клетку с нарисованными на них узорами. Другому участнику дается ручка и пустой лист бумаги. Задача первого участника объяснить второму, каким образом ему нарисовать точно такой же узор на своем пустом листе. Задача усложнена тем, что объясняющий участник не может смотреть на результат работы рисующего, а рисующий не может задавать уточняющих вопросов.

## **2 этап**

### **ИТОГОВЫЙ ТЕСТ ПО КУРСУ «Психологическая помощь в экстренных ситуациях»**

1.Нетипичную реакцию организма на любое предъявляемое ему требование называют:

- а) стрессом;
- б) травмой;
- в) страхом;
- г) нет правильного ответа.

2.Первая стадия развития стресса:

- а) резистенция;
- б) тревога;
- в) истощение;

Стресс, ведущий к истощению внутренних резервов организма, относится к:

- а) дистрессу;
- б) эустрессу;
- в) нет правильных ответов.

3.Вид стрессора, к которому относятся болевые воздействия, холод, жара, давление, физические нагрузки:

- а) психологический;
- б) информационный;
- в) физиологический.

4.Стресс, который перегружает психологические, физиологические, адаптационные возможности человека и разрушает защиту:

- а) травматический;
- б) острый;

в) эустресс.

5.Профессиональный стресс это:

а) стресс, возникающий в процессе трудовой деятельности человека;

б) стресс, возникающий во время отдыха;

в) стресс, не возникающий вообще;

г) стресс, возникающий в профессиональной деятельности человека при исключительных (травмирующих) обстоятельствах;

д) нет правильного ответа.

6.Стессовая реакция, выражаемая изменением восприятия и осознания информации, поступающей к человеку, который находится в экстремальной ситуации, называется:

а) эмоционально-поведенческой;

б) когнитивной;

в) вегетативной;

г) социально-психологической.

### Шкала оценивания

|                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
|------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 100% - 90%<br>(отлично)            | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на высоком уровне. Свободное владение материалом, выявление межпредметных связей. Уверенное владение понятийным аппаратом дисциплины. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы на высоком уровне. Способность к самостоятельному нестандартному решению практических задач |
| 89% - 75%<br>(хорошо)              | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы достаточно. Детальное воспроизведение учебного материала. Практические навыки профессиональной деятельности в значительной мере сформированы. Присутствуют навыки самостоятельного решения практических задач с отдельными элементами творчества.                                                |
| 74% - 60%<br>(удовлетворительно)   | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, сформированы на минимальном уровне. Наличие минимально допустимого уровня в усвоении учебного материала, в т.ч. в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности сформированы не в полной мере.                                                                |
| менее 60%<br>(неудовлетворительно) | Этапы компетенции, предусмотренные образовательной программой, не сформированы. Недостаточный уровень усвоения понятийного аппарата и наличие фрагментарных знаний по дисциплине. Отсутствие минимально допустимого уровня в самостоятельном решении практических задач. Практические навыки профессиональной деятельности не сформированы.                                  |

Процедура оценивания результатов обучения, характеризующих этапы формирования компетенций, осуществляются в соответствии с Положением о текущем контроле успеваемости и промежуточной аттестации студентов в ФГБОУ ВО РАНХиГС и Регламентом о балльно-рейтинговой системе в Волгоградском институте управления - филиале РАНХиГС.

### 5. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины (модуля)

## **Рекомендации по планированию и организации времени, необходимого на изучение дисциплины**

### **Структура времени, необходимого на изучение дисциплины**

| Форма изучения дисциплины                                      | Время, затрачиваемое на изучение дисциплины, % |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------|
| Изучение литературы, рекомендованной в учебной программе       | 40                                             |
| Решение задач, практических упражнений и ситуационных примеров | 40                                             |
| Изучение тем, выносимых на самостоятельное рассмотрение        | 20                                             |
| Итого                                                          | 100                                            |

### **6. Учебная литература и ресурсы информационно-телекоммуникационной сети "Интернет", включая перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)**

#### **6.1 Основная литература.**

Копытин А.И. Методы арт-терапии в преодолении последствий травмы. – М., 2014

Караян А.Г. Психология общения и переговоров в экстремальных условиях.-М., 2015

#### **6.2 Дополнительная литература.**

Виртц У. Жажда смысла: человек в экстремальных ситуациях: Пределы психотерапии/ пер. с нем. Н.А. Серебренниковой – М., 2014

Емельянова Е.В. Кризис в созависимых отношениях. Принципы и алгоритмы консультирования – СПб, 2014

#### **6.3. Нормативные правовые документы.**

Федеральный закон от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон);

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета, программам магистратуры, утвержденным приказом Минобрнауки России от 19 декабря 2013 г. № 1367;

Порядок организации и осуществления образовательной деятельности по образовательным программам высшего образования-программам подготовки научно-педагогических кадров в аспирантуре (адъюнктуре), утвержденный приказом Министерства образования и науки Российской Федерации от 19 ноября 2013 г. № 1259;

Устав федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего образования «Российская академия народного хозяйства и государственной службы при Президенте Российской Федерации»;

Федеральный закон от 27 июля 2010 г. N 210-ФЗ «Об организации предоставления государственных и муниципальных услуг»;

Правила организации деятельности многофункциональных центров предоставления государственных и муниципальных услуг, утвержденные Постановлением Правительства РФ от 22.12.2012 N 1376;

Методические рекомендации об особенностях обеспечения информационной доступности в сфере теле-, радиовещания, электронных и информационно-коммуникационных технологий, утвержденные Приказом Минкомсвязи России от 25.04.2014 N 108

#### **6.4. Интернет-ресурсы, справочные системы.**

**ЭБСIPRbooks**<http://lib.ranepa.ru/base/abs-iprbooks.html>

**ЭБС Юрайт** <http://www.biblio-online.ru>

**ЭБС Лань**<http://lib.ranepa.ru/base/abs-izdatelstva--lan-.html#>

### **7. Материально-техническая база, информационные технологии, программное обеспечение и информационные справочные системы**

Материально-техническое обеспечение дисциплины включает в себя:

- лекционные аудитории, оборудованные видеопроеционным оборудованием для презентаций, средствами звуковоспроизведения, экраном;
- помещения для проведения семинарских и практических занятий, оборудованные учебной мебелью.

Дисциплина поддержана соответствующими лицензионными программными продуктами: Microsoft Windows 7 Prof, Microsoft Office 2010, Kaspersky 8.2, СПС Гарант, СПС Консультант.

Программные средства обеспечения учебного процесса включают:

- программы презентационной графики (MS PowerPoint – для подготовки слайдов и презентаций);
- текстовые редакторы (MS WORD), MS EXCEL – для таблиц, диаграмм.

Вуз обеспечивает каждого обучающегося рабочим местом в компьютерном классе в соответствии с объемом изучаемых дисциплин, обеспечивает выход в сеть Интернет.

Помещения для самостоятельной работы обучающихся включают следующую оснащенность: столы аудиторные, стулья, доски аудиторные, компьютеры с подключением к локальной сети института (включая правовые системы) и Интернет.

Для изучения учебной дисциплины используются автоматизированная библиотечная информационная система и электронные библиотечные системы: «Университетская библиотека ONLINE», «Электронно-библиотечная система издательства ЛАНЬ», «Электронно-библиотечная система издательства «Юрайт», «Электронно-библиотечная система IPRbooks», «Научная электронная библиотека eLIBRARY» и др.

