

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

### **Б1.В.02 «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях»**

**Объем трудоемкости:** 3 зачетные единицы (108 часов, из них – 64,2 контактных часов: 32 часов лекционных и 32 часов практических занятий, 0,2 - ИКР; 43,8 часов самостоятельной работы).

**Цель дисциплины:** формирование умения понимать основы поведения личности в чрезвычайных обстоятельствах и оказывать психологическую помощь людям, оказавшимся в экстремальных и стрессовых ситуациях.

**Задачи дисциплины:**

- научить магистрантов выявлять механизмы возникновения и развития стрессов в экстремальных ситуациях различного характера;
- научить магистрантов основам диагностики стресса, копинг-поведения и механизмов защиты;
- подготовить магистрантов ориентироваться в различных типах экстремальных ситуаций, формах поведения людей в этих ситуациях и возможных последствий воздействия определенных экстремальных факторов на человека;
- обучить способам саморегуляции и самоподдержки в экстремальных и стрессовых ситуациях;
- сформировать представления об оказании психологической помощи людям, оказавшимся в экстремальных и стрессовых ситуациях.

**Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина Б1.В.02 «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Дисциплина предназначена для магистрантов второго курса очной формы обучения. Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения предшествующих дисциплин: «Технологии личностного роста», «Психодиагностика в научных и прикладных исследованиях», «Психологическое консультирование», «Психология семьи и семейное консультирование», «Гендерная психология», «Саморегуляция функциональных состояний личности».

Дисциплина Б1.В.02 «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях» читается параллельно с дисциплинами: «Психологические практики и их супервизии», «Психология безопасности личности», «Практическая психология детства», «Психология приватности», «Гештальттерапия», «Телесно-ориентированная терапия», «Психология самопознания и саморазвития личности».

**Требования к уровню освоения дисциплины**

Изучение данной учебной дисциплины направлено на формирование у обучающихся следующих компетенций:

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
<b>ПК-1 Способен идентифицировать проблему клиента и спроектировать процесс консультирования, обучения или тренинга</b>	
ИПК-1.1 Определяет проблему клиента, предлагает адекватный проблеме процесс консультирования, обучения или тренинга	Студент знает: понятие и критерии чрезвычайной, экстремальной и кризисной ситуации; сущность и определение понятий нормального, травматического и хронического стресса; условия и принципы оказания экстренной психологической помощи
	Студент умеет: разрабатывать

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
	<p>индивидуальные программы психологического сопровождения клиентов</p> <p>Студент владеет: навыками повышения психологической готовности к действиям в экстремальных и стрессовых ситуациях</p>
<p>ИПК – 1.2 Оказывает психологическую помощь по проблемам социализации, адаптации, профессионального самоопределения и оптимизации производственного процесса</p>	<p>Студент знает: психологические механизмы адаптации человека, факторы психологической устойчивости; структуру и механизмы влияния стресса на жизнь человека</p> <p>Студент умеет: проводить индивидуальное или групповое консультирование клиентов по выявленным у них психологическим проблемам с целью нивелирования влияния неблагоприятной среды, помощи в социализации и адаптации к условиям проживания</p> <p>Студент владеет практическими навыками осуществления обучения способам саморегуляции и самоподдержки в экстремальных и стрессовых ситуациях</p>
<p><b>ПК-2 Осуществляет диагностику психологических свойств и состояний, психических процессов, различных видов деятельности человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к профессиональной и другим социальным группам</b></p>	
<p>ИПК-2.1 Определяет, предмет и задачи диагностики.</p>	<p>Студент знает основные характеристики и критерии кризисных и стрессовых состояний личности; диагностические критерии ПТСР</p> <p>Студент умеет определять необходимость и проводить диагностику последствий пережитых личностью экстремальных и стрессовых ситуаций и измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР</p> <p>Студент владеет навыками учета особенностей возрастных этапов, кризисов развития, факторов риска, принадлежности к профессиональной и другим социальным группам при диагностике актуального психо-эмоционального состояния в результате стрессовых и чрезвычайных ситуаций</p>
<p>ИПК-2.2 Подбирает соответствующие задаче методы диагностики, реализует процедуру диагностики</p>	<p>Студент знает: специализированные методики, направленные на определение последствий пережитых экстремальных и стрессовых ситуаций и измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР</p> <p>Студент умеет подбирать комплекс психологических методик, направленных на определение последствий пережитых экстремальных и стрессовых ситуаций и измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР, планировать и проводить обследования клиентов</p> <p>Студент владеет навыком выявления типичных психологических проблем разных социальных групп клиентов</p>
<p>ИПК-2.3 Обобщает результаты обследования, готовит психологическое</p>	<p>Студент знает: структуру психологического заключения по результатам проведённой</p>

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
заключение или психологический портрет, оценивает психологические риски, факторы социальной и психологической напряженности на основе проведенной диагностики	диагностики последствий пережитых экстремальных и стрессовых ситуаций и измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР
	Студент умеет обобщать результаты психологического обследования, оценивать психологические потребности, риски и ресурсы клиентов, выявлять психологические особенности их социального окружения и условий жизни
	Студент владеет навыком составления заключения по результатам проведенной диагностики, направленной на определение последствий пережитых экстремальных и стрессовых ситуаций и измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР

### Содержание дисциплины:

Распределение видов учебной работы и их трудоемкости по разделам дисциплины.

№	Наименование разделов (тем)	Количество часов				
		Всего	Аудиторная работа			Внеаудиторная работа
			Л	ПЗ	ЛР	
1.	Основные вопросы и проблемы поведения личности в экстремальных и стрессовых ситуациях		2	2	-	2
2.	Психические состояния личности в экстремальных и стрессовых ситуациях		2	4	-	2
3.	Кризис как психологическое последствие воздействия экстремальных и стрессовых ситуаций		4	4	-	6
4.	Травматический стресс и его последствия. Психологические механизмы адаптации к стрессовым ситуациям		6	6	-	4
5.	Экстренная психологическая помощь		4	4	-	5,8
6.	Психометрические специализированные методики, направленные на определение последствий пережитых экстремальных и стрессовых ситуаций и измерение уровня выраженности симптоматики ПТСР		-	4	-	8
7.	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях		2	2	-	8
8.	Основные методы работы с кризисными состояниями личности		8	4	-	4
9.	Психологические аспекты насилия как критической ситуации. Методы психологической помощи пострадавшим от насилия		4	2	-	4
	<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>		32	32	не предусмотрены	43,8
	Контроль самостоятельной работы (КСР)					
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,2				
	Подготовка к текущему контролю					
	Общая трудоемкость по дисциплине	108				

**Курсовые работы:** не предусмотрена

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** зачет

Автор: доцент кафедры психологии личности и общей психологии КубГУ, канд. психол. наук Бондарева О.В.