

## Аннотация к рабочей программе дисциплины

### Б1.В.11 «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях»

(код и наименование дисциплины)

**Объем трудоемкости:** 4 зачетные единицы (144 часа, из них – 72,3 контактных часов: 34 часа лекционных и 34 часа практических занятий, 0,3 - ИКР; 4 – КСР; 36 часов самостоятельной работы).

**Цель дисциплины:** - формирование умения понимать основы поведения личности в различных видах чрезвычайных ситуаций;

- изучение возможных действий неспециалиста и специалиста-психолога при работе с людьми, оказавшимися в экстремальной ситуации и постэкстремальной ситуации,

- формирование начальных навыков оказания помощи в экстремальных ситуациях на основе знакомства с принципами данного направления работы.

#### **Задачи дисциплины:**

- научить студентов выявлять механизмы возникновения и развития стрессов в экстремальных ситуациях различного характера;

- научить студентов основам диагностики стресса, копинг-поведения и механизмов защиты;

- подготовить студентов ориентироваться в различных типах экстремальных ситуаций, формах поведения людей в этих ситуациях и возможных последствий воздействия определенных экстремальных факторов на человека.

#### **Место дисциплины в структуре образовательной программы**

Дисциплина Б1.В.11 «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений Блока 1 «Дисциплины (модули)» учебного плана.

Дисциплина предназначена для студентов третьего курса очной формы обучения направления 37.03.02 Конфликтология. Входные знания, умения и компетенции, необходимые для изучения данного курса, формируются в процессе изучения предшествующих дисциплин: «Безопасность жизнедеятельности», «Психология развития», «Психология личности», «Психология безопасности», «Психология групп», «Психология конфликта».

Дисциплина Б1.В.11 «Личность в экстремальных и стрессовых ситуациях» читается параллельно с дисциплинами: «Протестное поведение личности и группы», «Методы саморегуляции в конфликтных и трудных жизненных ситуациях» является необходимой дисциплиной для последующих дисциплин: «Семейная психология и конфликтология», «Социальные конфликты в молодежной среде».

#### **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-2 Концептуализирует проблему и вырабатывает эмпирические показатели, планирует и реализует исследовательский проект</b>	
ИПК-2.1 владеет знанием теоретических и практических компонентов прикладного исследования	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 индивидуальные программы психологического сопровождения

Код и наименование индикатора*	Результаты обучения по дисциплине
	<p>клиентов</p> <p>Студент владеет: навыками повышения психологической готовности к действиям в экстремальных и стрессовых ситуациях</p>
<p>ИПК-2.2 анализирует информацию и составляет аналитический отчет, обладает основными навыками работы с инструментами анализа данных</p>	<p>Студент знает: психологические механизмы адаптации человека, факторы психологической устойчивости; структуру и механизмы влияния стресса на жизнь человека</p> <p>Студент умеет: анализировать информацию и составлять аналитический отчет по выявленным у клиентов психологических проблем 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-3 Выделяет и диагностирует типовые проблемы и социально-значимые задачи в сферах безопасности и комфортности среды проживания, социальной и психологической напряжённости и динамике психологического здоровья населения</b></p>	
<p>ПК 3.1 – способен к выявлению специфики социального и психического функционирования человека с учетом особенностей возрастных этапов, кризисов развития и факторов риска социальной и психологической напряженности, его принадлежности к гендерной, этно-культурной, этноконфессиональной, профессиональной и другим социальным группам</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 3.2 – выбирает и применяет адекватные проблеме методы, способы и средства получения, хранения, переработки и представления информации</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>

**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	СРС
1.	Основные понятия и проблемы экстремальной психологии		2	2	-	2
2.	Психические состояния людей в экстремальных ситуациях		2	4	-	2
3.	Травматический стресс и его последствия		4	4	-	6
4.	Психологические механизмы адаптации к стрессовым ситуациям		6	6	-	4
5.	Экстренная психологическая помощь		4	4	-	4
6.	Кризис как психологическое последствие воздействия экстремальной ситуации		-	4	-	4
7.	Психологическая поддержка деятельности человека в экстремальных условиях		2	2	-	8
8.	Основные методы работы с кризисными состояниями		8	4	-	4
9.	Экстремальные ситуации в профессиональной деятельности		6	4	-	2
	<i>ИТОГО по разделам дисциплины</i>		34	34	не предусмотрены	36
	Контроль самостоятельной работы (КСР)	4				
	Промежуточная аттестация (ИКР)	0,3				
	Подготовка к текущему контролю	6				
	Общая трудоемкость по дисциплине	144				

**Курсовые работы:** не предусмотрена

**Форма проведения аттестации по дисциплине:** экзамен

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