

Документ подписан простой электронной подписью  
Информация о владельце:

ФИО: Худин Александр Николаевич

Должность: Ректор

Дата подписания: 26.01.2021 13:39:31

Уникальный программный ключ:

08303ad8de1c60b9875b1de70d3acbd09a50a14314153b27a10ee37e75a19

## МИНИСТЕРСТВО ОБРАЗОВАНИЯ И НАУКИ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение высшего образования

"Курский государственный университет"

Кафедра профессионального обучения и методики преподавания технологии

**УТВЕРЖДЕНО**

протокол заседания

Ученого совета от 24.04.2017 г., №10

### Рабочая программа дисциплины

### Психологическая устойчивость человека в чрезвычайных ситуациях

Направление подготовки: 20.03.01 Техносферная безопасность

Профиль подготовки: Пожарная безопасность природно-техногенной сферы

Квалификация: бакалавр

Индустриально-педагогический факультет

Форма обучения: очная

Общая трудоемкость 3 ЗЕТ

Виды контроля в семестрах:

зачет(ы) 6

#### Распределение часов дисциплины по семестрам

| Семестр<br>(<Курс>.<Семестр<br>на курсе>) | <b>6 (3.2)</b> |     | Итого |     |
|-------------------------------------------|----------------|-----|-------|-----|
| Неделя                                    | 16             |     |       |     |
| Вид занятий                               | уп             | рп  | уп    | рп  |
| Лекции                                    | 16             | 16  | 16    | 16  |
| Семинарские                               | 16             | 16  | 16    | 16  |
| Итого ауд.                                | 32             | 32  | 32    | 32  |
| Контактная работа                         | 32             | 32  | 32    | 32  |
| Сам. работа                               | 76             | 76  | 76    | 76  |
| Итого                                     | 108            | 108 | 108   | 108 |

Рабочая программа дисциплины Психологическая устойчивость человека в чрезвычайных ситуациях / сост. Сухих Н.А, кан.психол.наук, доцент кафедры МПППО; Курск. гос. ун-т. - Курск, 2017. - с.

Рабочая программа составлена в соответствии со стандартом, утвержденным приказом Минобрнауки России от 21 марта 2016 г. № 246 "Об утверждении ФГОС ВО по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность (уровень бакалавриата)" (Зарегистрировано в Минюсте России 20 апреля 2016 г. № 41872)

Рабочая программа дисциплины "Психологическая устойчивость человека в чрезвычайных ситуациях" предназначена для методического обеспечения дисциплины основной профессиональной образовательной программы по направлению подготовки 20.03.01 Техносферная безопасность профиль Пожарная безопасность природно-техногенной сферы

Составитель(и):

Сухих Н.А, кан.психол.наук, доцент кафедры МПППО

© Курский государственный университет, 2017

**1. ЦЕЛИ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ**

|     |                                                                                                                                                |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1.1 | Формирование профессиональной компетентности в определении психологической устойчивости как одного из важнейших качеств рабочего (специалиста) |
|-----|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

**2. МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ООП**

|                    |           |
|--------------------|-----------|
| Цикл (раздел) ООП: | Б1.В.ДВ.7 |
|--------------------|-----------|

**3. КОМПЕТЕНЦИИ ОБУЧАЮЩЕГОСЯ, ФОРМИРУЕМЫЕ В РЕЗУЛЬТАТЕ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**ОК-4: владением компетенциями самосовершенствования (сознание необходимости, потребность и способность обучаться)**

**Знать:**

понятие самоорганизации и культуры самообразования, теории личности

**Уметь:**

пользоваться научной и справочной психологической литературой

**Владеть:**

приемами психической саморегуляции, руководства самопознанием и самосовершенствованием

**ОК-6: способностью организовать свою работу ради достижения поставленных целей и готовностью к использованию инновационных идей**

**Знать:**

понятие инноваций, инновационные барьеры

**Уметь:**

организовать свою работу ради достижения поставленных целей

**Владеть:**

методами преодоления инновационных барьеров

**ОК-8: способностью работать самостоятельно**

**Знать:**

составляющие психологической устойчивости личности

**Уметь:**

самостоятельно определять зоны психологической неустойчивости

**Владеть:**

методиками самопомощи в сложных жизненных и профессиональных ситуациях

**ПК-21: способностью решать задачи профессиональной деятельности в составе научно-исследовательского коллектива**

**Знать:**

**Уметь:**

**Владеть:**

#### 4. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

| Код занятия | Наименование разделов и тем                                                                                                            | Вид занятий | Семестр / Курс | Часов | Интеракт. |
|-------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|----------------|-------|-----------|
|             | <b>Раздел 1. Введение</b>                                                                                                              | Раздел      |                |       |           |
| 1.1         | Роль психологических знаний в организации профессиональной деятельности                                                                | Лек         | 6              | 2     | 0         |
| 1.2         | Психологическая устойчивость как базовое понятие дисциплины                                                                            | Сем зан     | 6              | 2     | 0         |
| 1.3         | Психологическая устойчивость в обычной жизни                                                                                           | Ср          | 6              | 10    | 0         |
| 1.4         | Психологическая устойчивость в обычных условиях профессиональной деятельности                                                          | Лек         | 6              | 2     | 0         |
| 1.5         | Психологическая устойчивость в экстремальных ситуациях деятельности                                                                    | Сем зан     | 6              | 2     | 0         |
| 1.6         | Влияние экстремальных ситуаций на человека                                                                                             | Ср          | 6              | 10    | 0         |
| 1.7         | Экстремальная ситуация                                                                                                                 | Лек         | 6              | 2     | 0         |
| 1.8         | Влияние экстремальных ситуаций на человека                                                                                             | Сем зан     | 6              | 2     | 0         |
| 1.9         | Субъекты экстремальной ситуации                                                                                                        | Ср          | 6              | 10    | 0         |
|             | <b>Раздел 2. Личность в трудных жизненных ситуациях</b>                                                                                | Раздел      |                |       |           |
| 2.1         | Трудные жизненные ситуации                                                                                                             | Лек         | 6              | 2     | 0         |
| 2.2         | Сознания и поведения личности в трудных жизненных ситуациях как результат переработки частично осознаваемой индивидуальной теории мира | Сем зан     | 6              | 2     | 0         |
| 2.3         | Влияние психотравмирующих событий на индивидуальные теории мира                                                                        | Ср          | 6              | 10    | 0         |
| 2.4         | Обусловленность выбора индивидуальной теории мира личностными характеристиками и события внешнего мира                                 | Лек         | 6              | 2     | 0         |
| 2.5         | Проблема ситуационных и личностных детерминант                                                                                         | Сем зан     | 6              | 2     | 0         |
| 2.6         | Характеристика психотравмирующего события                                                                                              | Ср          | 6              | 6     | 0         |
|             | <b>Раздел 3. Психологическая устойчивость личности</b>                                                                                 | Раздел      |                |       |           |
| 3.1         | Краткая характеристика физиологических особенностей стрессоустойчивости                                                                | Лек         | 6              | 2     | 0         |

|     |                                                                                                                                                                                                     |         |   |    |   |
|-----|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------|---|----|---|
| 3.2 | Личностные черты, определяющие повышенную стрессоустойчивость: адекватная самооценка уровень субъективного контроля, низкий уровень личностной тревожности, баланс мотивации достижения и избегания | Сем зан | 6 | 2  | 0 |
| 3.3 | Качество жизни как один из ресурсов жизнестойкости.                                                                                                                                                 | Ср      | 6 | 10 | 0 |
|     | <b>Раздел 4. Экстренная психологическая помощь</b>                                                                                                                                                  | Раздел  |   |    |   |
| 4.1 | Факторы, влияющие на степень воздействия на человека стрессовой ситуации                                                                                                                            | Лек     | 6 | 2  | 0 |
| 4.2 | Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи.                                                                                                                                 | Сем зан | 6 | 2  | 0 |
| 4.3 | Симптомы острой реакции на стресс                                                                                                                                                                   | Ср      | 6 | 10 | 0 |
|     | <b>Раздел 5. Профессиональное здоровье специалиста</b>                                                                                                                                              | Раздел  |   |    |   |
| 5.1 | Соотнесение понятий «психическое» и «психологическое здоровье»                                                                                                                                      | Лек     | 6 | 2  | 0 |
| 5.2 | Зона стабильности профессионального здоровья.                                                                                                                                                       | Сем зан | 6 | 2  | 0 |
| 5.3 | Зона стабильности профессионального здоровья.                                                                                                                                                       | Ср      | 6 | 10 | 0 |

### 5. ФОНД ОЦЕНОЧНЫХ СРЕДСТВ

#### 5.1. Контрольные вопросы и задания для текущей аттестации

Оценочные материалы утверждены протоколом заседания кафедры методики, педагогики и психологии профессионального образования от 27 марта 2017 года № 7 и являются приложением к рабочей программе дисциплины

#### 5.2. Фонд оценочных средств для промежуточной аттестации

Оценочные материалы утверждены протоколом заседания кафедры методики, педагогики и психологии профессионального образования от 27 марта 2017 года № 7 и являются приложением к рабочей программе дисциплины

### 6. УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

#### 6.1. Рекомендуемая литература

##### 6.1.1. Основная литература

|      | Заглавие                                                                        | Эл. адрес                                                                               | Кол- |
|------|---------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Л1.1 | Гуревич П.С. - Психология личности: учебное пособие - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2015. | <a href="http://www.iprbookshop.ru/52637.html">http://www.iprbookshop.ru/52637.html</a> | 1    |

##### 6.1.2. Дополнительная литература

|      | Заглавие                                                                                            | Эл. адрес                                                                               | Кол- |
|------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------|------|
| Л2.1 | Гусева Т. И., Катарьян Т. В. - Психология личности: Учебное пособие - Саратов: Научная книга, 2012. | <a href="http://www.iprbookshop.ru/6330">http://www.iprbookshop.ru/6330</a>             | 1    |
| Л2.2 | Гуревич П. С. - Психология личности: Учебное пособие - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2012.                    | <a href="http://www.iprbookshop.ru/16435">http://www.iprbookshop.ru/16435</a>           | 1    |
| Л2.3 | Гусева Т.И., Катарьян Т.В. - Психология личности: учебное пособие - Саратов: Научная книга, 2012.   | <a href="http://www.iprbookshop.ru/6330.html">http://www.iprbookshop.ru/6330.html</a>   | 1    |
| Л2.4 | Гуревич П.С. - Психология личности: учебное пособие - Москва: ЮНИТИ-ДАНА, 2012.                     | <a href="http://www.iprbookshop.ru/16435.html">http://www.iprbookshop.ru/16435.html</a> | 1    |

#### 6.3.1 Перечень программного обеспечения

|         |  |
|---------|--|
| 7.3.1.1 |  |
|---------|--|

#### 6.3.2 Перечень информационных справочных систем

|         |                                                                                                                                                                                                                                      |
|---------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.3.2.1 | 1.Social Psychology Network [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.socialpsychology.org/">http://www.socialpsychology.org/</a>                                                                                    |
| 7.3.2.2 |                                                                                                                                                                                                                                      |
| 7.3.2.3 | 2.Society for Personality and Social Psychology [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.spsp.org/">http://www.spsp.org/</a> .                                                                                      |
| 7.3.2.4 | 3.YAHOO! Social psychology [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://dir.yahoo.com/Social_Science/Psychology/Branches/Social_Psychology/">http://dir.yahoo.com/Social_Science/Psychology/Branches/Social_Psychology/</a> |
| 7.3.2.5 | 4.Американская психологическая ассоциация [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.apa.org/">http://www.apa.org/</a>                                                                                                |

|          |                                                                                                                                                                                                     |
|----------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.3.2.6  | 5.Веб-сайт кафедры психологии Курского госуниверситета [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://kursk-psychol.narod.ru">http://kursk-psychol.narod.ru</a>                              |
| 7.3.2.7  | 6.Веб-сайт фотографий кафедры психологии Курского госуниверситета [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://picasaweb.google.com/sarychev07">http://picasaweb.google.com/sarychev07</a> |
| 7.3.2.8  | 7.Газета «Школьный психолог» издательского дома «1 сентября» [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://psy.1september.ru">http://psy.1september.ru</a>                                  |
| 7.3.2.9  | 8.Журнал «Вопросы психологии» ru [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.voppsy.ru/">http://www.voppsy.ru/</a>                                                                    |
| 7.3.2.10 | 9.Институт психологии РАН [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://ipras.ru/">http://ipras.ru/</a>                                                                                     |
| 7.3.2.11 | 10.Каталог@Mail.ru Психология [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://list.mail.ru/10199/1/0_1_0_1.html">http://list.mail.ru/10199/1/0_1_0_1.html</a>                                 |
| 7.3.2.12 | 11.Московский городской психолого-педагогический университет [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.mgppu.ru/">http://www.mgppu.ru/</a>                                          |
| 7.3.2.13 | 12.Научная электронная библиотека eLIBRARY.RU [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://elibrary.ru">http://elibrary.ru</a>                                                             |
| 7.3.2.14 | 13.Портал психологических изданий PsyJournals.ru [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://psyjournals.ru/index.shtml">http://psyjournals.ru/index.shtml</a>                            |
| 7.3.2.15 | 14.Психологическая газета [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.psy.su/">http://www.psy.su/</a>                                                                                 |
| 7.3.2.16 | 15.Психологический словарь на psy.webzone.ru [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://psi.webzone.ru/index.htm">http://psi.webzone.ru/index.htm</a>                                    |
| 7.3.2.17 | 16.Российское психологическое общество [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://rpo.sfedu.ru/">http://rpo.sfedu.ru/</a>                                                                |
| 7.3.2.18 | 17.Социально-психологические ресурсы на портале А. Я. Психология [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://azps.ru/articles/soc/">http://azps.ru/articles/soc/</a>                      |
| 7.3.2.19 | 18.Университетская информационная система «Россия» [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://uisrussia.msu.ru">http://uisrussia.msu.ru</a>                                              |
| 7.3.2.20 | 19.Факультет психологии Московского госуниверситета [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.psy.msu.ru/">http://www.psy.msu.ru/</a>                                               |
| 7.3.2.21 | 20.Факультет психологии Санкт-Петербургского госуниверситета [Электронный ресурс]. Режим доступа : <a href="http://www.psy.pu.ru/">http://www.psy.pu.ru/</a>                                        |

#### 7. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

|     |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 7.1 | Лекционная аудитория № 24, комплекты учебных столов и стульев (60 шт.), классная доска, переносной проектор; аудитория 333, комплекты учебных столов и стульев (34 шт.), классная доска; аудитория 323, комплекты учебных столов и стульев (13 шт.) классная доска; аудитория 314, комплекты учебных столов и стульев (30 шт.), классная доска. |
|-----|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|

#### 8. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)

Студентам необходимо ознакомиться с содержанием рабочей программы, с целями и задачами дисциплины, ее связями с другими дисциплинами образовательной программы, методическими разработками, имеющимися на кафедре.