ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ ЛЕНИНГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

**«ЛЕНИНГРАДСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ**

**ИМЕНИ А.С. ПУШКИНА»**

УТВЕРЖДАЮ

Проректор по учебно-методической

работе

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ С.Н. Большаков

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА

дисциплины

**Б1.В.02.04 ЛИЧНОСТЬ В ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЯХ**

Направление подготовки 37.04.01 Психология

Направленность (профиль) Психология личности

(год начала подготовки – 2021)

Санкт-Петербург

2020

**1. ПЕРЕЧЕНЬ ПЛАНИРУЕМЫХ РЕЗУЛЬТАТОВ ОБУЧЕНИЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ**

Процесс изучения дисциплины направлен на формирование следующих компетенций:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Индекс компетенции | Содержание компетенции  (или ее части) | Индикаторы компетенций (код и содержание) |
| ПК-1 | Способен планировать, разрабатывать и осуществлять в практической деятельности программы психопрофилактики, включающие психодиагностику расстройств личности, а также оценку состояния и динамики психологического здоровья, консультирование и психокоррекцию нарушений адаптации личности у населения в обычных и изменяющихся условиях жизнедеятельности | **ИПК-1.1.** Знает:  - основы клинической и экстремальной психологии, теоретические основы расстройства личности, а также закономерности функционирования психики человека и дезадаптации личности в экстремальных условиях;  - методологические основы и методы диагностики психологического здоровья и расстройства личности, диагностические критерии различных психофизиологических состояний, возникающих в экстремальных ситуациях, а также профилактики и коррекции нарушений адаптации личности. |
| **ИПК-1.2.** Умеет:  -применять знания клинической и экстремальной психологии для планирования, разработки и реализации в практической деятельности программ оказания психологической помощи нарушений адаптации личности у населения в обычных и изменяющихся условиях жизнедеятельности;  - использовать диагностические критерии и выявлять основные формы личностных расстройств; |
| **ИУК-1.3.** Владеет:  -методами диагностики различных форм расстройств личности;  - методами профилактики, психокоррекции личностных расстройств и оказания экстренной психологической помощи в экстремальных ситуациях;  - методами диагностики уровня стресса и оценки психического состояния в экстремальных ситуациях. |
| ПК-2 | Способен осуществлять психологическое сопровождение развития и формирования личности профессионала в сфере политики, экономики, управления, права, здравоохранения и образования | **ИПК-2.1.** Знает:  **-** основы психологии личности, труда и управления, политической, организационной, правовой, экономической психологии;  **-** подходы и концепции развития личности;  **-** теории профессионализма и профессионального развития;  **-** теоретические и методические основы психологического сопровождения развития и формирования личности профессионала. |
| **ИПК-2.2.** Умеет:  **-** применять знания психологии для разработки программы психологического сопровождения развития и формирования личности профессионала с учетом специфики деятельности в различных сферах общественной практики;  **-** использовать методический аппарат психологического сопровождения развития личности для решения диагностических и развивающих задач. |
| **ИУК-2.3.** Владеет:  **-** акмеологическими технологиями личностного и профессионального роста. |

**2. Место дисциплины в структуре ОП:**

Цель дисциплины: формирование представлений о психических состояниях и поведении людей в различных видах экстремальных ситуаций и стресса; ознакомление с принципами, методами и технологиями практической работы психолога в экстремальных условиях, оказании психологической помощи в кризисных ситуациях и после психической травмы.

Задачи дисциплины:

* овладеть понятийно-категориальным аппаратом экстремальной психологии;
* раскрыть признаки экстремальной, кризисной, чрезвычайной ситуации;
* определить психологические закономерности функционирования психики человека в экстремальной ситуации;
* ознакомиться с диагностическими критериями различных психофизиологических состояний, развивающихся у человека в экстремальной ситуации;
* овладеть методами диагностики уровня стресса у людей и оценки психического и психофизиологического состояния человека в экстремальной ситуации;
* освоить методы профилактики и оказания экстренной психологической помощи в экстремальной ситуации.

Место дисциплины: дисциплина относится к обязательным дисциплинам части программы магистратуры, формируемой участниками образовательных отношений.

**3. Объем дисциплины и виды учебной работы**

Общая трудоемкость освоения дисциплины составляет 2 зачетных единиц, 72 академических часа *(1 зачетная единица соответствует 36 академическим часам).*

*Очная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего)** | 32 | |
| В том числе: |  | |
| Лекции | 16 | - |
| Лабораторные работы / Практические занятия (в т.ч. зачет) | -/16 | -/- |
| **Самостоятельная работа (всего)** | 40 | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен)** | **-** | |
| Контактная работа | - | |
| Самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость (в час/з.е.)** | **72/2** | |

*Очно - заочная форма обучения*

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вид учебной работы | Трудоемкость в акад.час | |
| **Контактная работа (аудиторные занятия) (всего)** | 32 | |
| В том числе: |  | |
| Лекции | 16 | - |
| Лабораторные работы / Практические занятия | -/16 | -/- |
| **Самостоятельная работа (всего)** | 40 | |
| **Вид промежуточной аттестации (экзамен)** | **-** | |
| Контактная работа | - | |
| Самостоятельная работа по подготовке к экзамену | - | |
| **Общая трудоемкость (в час/з.е.)** | **72/2** | |

**4. Содержание дисциплины**

При проведении учебных занятий обеспечивается развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств (включая при необходимости проведение интерактивных лекций, групповых дискуссий, ролевых игр, тренингов, анализ ситуаций и имитационных моделей, составленных на основе результатов научных исследований, проводимых организацией, в том числе с учетом региональных особенностей профессиональной деятельности выпускников и потребностей работодателей).

**4.1 Блоки (разделы) дисциплины.**

|  |  |
| --- | --- |
| № | Наименование блока (раздела) дисциплины |
| 1 | Психология экстремальных ситуаций как теоретическая и прикладная отрасль психологии. |
| 2 | Стресс как основная составляющая экстремальных состояний. |
| 3 | Личностные особенности стрессовых реакций. |
| 4 | Понятие психической (психологической) травмы. Посттравматическое стрессовое расстройство. |
| 5 | Принципы и методы оказания экстренной психологической помощию |
| 6 | Профессиональное здоровье специалистов осуществляющих деятельность в экстремальных условиях. |

**4.2. Примерная тематика курсовых работ (проектов)**

Курсовая работа по дисциплине не предусмотрена учебным планом.

**4.3. Перечень занятий, проводимых в активной и интерактивной формах, обеспечивающих развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений, лидерских качеств.**

**Практическая подготовка.**

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ п/п** | **Наименование блока (раздела) дисциплины** | **Занятия, проводимые в активной и интерактивной формах** | | **Практическая подготовка** |
| **Форма проведения занятия** | **Наименование видов занятий** |
| 1 | Тема 1. Психология экстремальных ситуаций как теоретическая и прикладная отрасль психологии | лекция | Проблемная лекция – дискуссия |  |
| 2 | Тема 3. Личностные особенности стрессовых реакций | практическое занятие | Дискуссия и «круглый стол» |  |
| 3 | Тема 5. Принципы и методы оказания экстренной психологической помощи | практическое занятие | Просмотр и обсуждение учебных фильмов  Дискуссия в форме «Мозгового штурма» |  |

**5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине**

**5.1. Темы для творческой самостоятельной работы обучающегося**

1. Понятие критической ситуации в психологии. Критическая и экстремальная ситуации.

2.Стресс как реакция организма и психики.

3.Фрустрация как состояние в экстремальной ситуации.

4.Конфликт как психологическое состояние. Виды конфликтов.

5.Теория когнитивного диссонанса и его преодоление.

6.Личностный кризис. Виды и психологическое значение кризиса.

7.Преодоление кризиса, вызванного экстремальной ситуацией.

8.Психологические особенности экстремальной ситуации.

9.Негативные эмоциональные состояния в экстремальной ситуации: стресс, фрустрация, страх.

10. Паника как явление, возникающее в экстремальной ситуации: виды, механизм возникновения, способы совладания.

11.Социально-психологические явления, сопутствующие экстремальной ситуации.

12.Переживание экстремальной ситуации. Копинг-стратегии.

13.Влияние экстремальной ситуации на профессиональную деятельность. 14.Профессиональные качества, необходимые для преодоления экстремальной ситуации.

15.Подготовка к деятельности в экстремальной ситуации профессиональных групп: цели, направления, средства.

16.Диагностика личностных качеств, способствующих успешной деятельности в экстремальной ситуации.

17.Травматический стресс и постстрессовое расстройство: симптомы и механизмы возникновения.

18.Смерть близкого как экстремальная ситуация. Этапы переживания горя.

19.Социальная и психологическая помощь лицам, пережившим травматический стресс.

20. Психология терроризма.

**6. Оценочные средства для текущего контроля успеваемости**

**6.1. Текущий контроль**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| №  п/п | № блока (раздела) дисциплины | Форма текущего контроля |
| 1 | Темы 1 - 6 | Тестовые задания |

**7. ПЕРЕЧЕНЬ УЧЕБНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ:**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| № п/п | Наименование | Авторы | Место издания | Год издания | Наличие | |
| Печатные издания | ЭБС (адрес в сети Интернет) |
| 1 | Психологический стресс. Развитие и преодоление | В.А. Бодров | М.: ПЕР СЭ | 2006. |  | <http://biblioclub.ru/> |
| 2 | Жизненный мир и кризис: типологический анализ критических ситуаций | Василюк Ф.Е. | Психологический журнал, 1995. Т.16. №3. С.90-101. | 1995 | + |  |
| 3 | Типология переживания различных критических ситуаций | Василюк Ф.Е. | Психологический журнал. Т.16. № 5 1995 С. 104 – 114 | 1995 | + |  |
| 4 | Психология чрезвычайных ситуаций: учебное пособие | Гуревич, П.С. | М.: Юнити-Дана | 2012 |  | <http://biblioclub.ru/> |
| 5 | Личностные детерминанты нервно-психической устойчивости у представителей стрессогенной профессии | Золотарева, К.В. | М.: Лаборатория книги | 2010 |  | <http://biblioclub.ru/> |
| 6 | Психология общения и переговоров в экстремальных условиях: учебное пособие | А.Г.Караяни, В.Л. Цветков | М.: Юнити-Дана | 2012 |  | <http://biblioclub.ru/> |

**8. Ресурсы информационно-телекоммуникационной сети «Интернет»:**

1. «НЭБ». Национальная электронная библиотека. – Режим доступа: [http://нэб.рф/](http://www.biblioclub.ru/)

2. «eLibrary». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: [https://elibrary.ru](https://elibrary.ru/)

3. «КиберЛенинка». Научная электронная библиотека. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/>

4. ЭБС «Университетская библиотека онлайн». – Режим доступа: [http://www.biblioclub.ru/](http://www.knigafund.ru/)

5. Российская государственная библиотека. – Режим доступа: <http://www.rsl.ru/>

**9. ИНФОРМАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ, ИСПОЛЬЗУЕМЫЕ ПРИ ОСУЩЕСТВЛЕНИИ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ:**

В ходе осуществления образовательного процесса используются следующие информационные технологии:

- средства визуального отображения и представления информации (LibreOffice) для создания визуальных презентаций как преподавателем (при проведении занятий) так и обучаемым при подготовке докладов для семинарского занятия.

- средства телекоммуникационного общения (электронная почта и т.п.) преподавателя и обучаемого.

- использование обучаемым возможностей информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» при осуществлении самостоятельной работы.

**9.1. Требования к программному обеспечению учебного процесса**

Для успешного освоения дисциплины, обучающийся использует следующие программные средства:

* Windows 10 x64
* MicrosoftOffice 2016
* LibreOffice
* Firefox
* GIMP

**9.2. Информационно-справочные системы (при необходимости):**

Не используются

**10. МАТЕРИАЛЬНО-ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ ДИСЦИПЛИНЫ**

Для проведения занятий лекционного типа предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий.

Для изучения дисциплины используется следующее оборудование: аудитория, укомплектованная мебелью для обучающихся и преподавателя, доской, ПК с выходом в интернет, мультимедийным проектором и экраном.

Для самостоятельной работы обучающихся используется аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами (ПК с выходом в интернет и обеспечением доступа в электронно-информационно-образовательную среду организации).