

Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования  
«Алтайский государственный технический университет им. И.И. Ползунова»

**СОГЛАСОВАНО**

Директор ГИ  
В.Ю. Инговатов

## **Рабочая программа дисциплины**

Код и наименование дисциплины: Б1.В.15 «Психологическая устойчивость в  
чрезвычайных ситуациях»

Код и наименование направления подготовки (специальности): 20.03.01  
Техносферная безопасность

Направленность (профиль, специализация): Менеджмент рисков  
техносферной безопасности и чрезвычайных ситуаций

Статус дисциплины: часть, формируемая участниками образовательных  
отношений

Форма обучения: заочная

Статус	Должность	И.О. Фамилия
Разработал	доцент	М.В. Рыгалова
Согласовал	Зав. кафедрой «ФиС»	В.Ю. Инговатов
	руководитель направленности (профиля) программы	М.Н. Вишняк

г. Барнаул

## 1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения компетенций

Компетенция	Содержание компетенции	Индикатор	Содержание индикатора
УК-8	Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	УК-8.2	Выбирает правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного происхождения
		УК-8.4	Определяет модель поведения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации, террористического акта или военного конфликта
УК-9	Способен использовать базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах	УК-9.1	Использует базовые дефектологические знания в социальной и профессиональной сферах
ПК-3	Способен анализировать механизмы воздействия техногенных опасностей на человека и разрабатывать корректирующие мероприятия	ПК-3.1	Определяет характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов
		ПК-3.2	Способен анализировать техногенные опасности и разрабатывать корректирующие мероприятия

## 2. Место дисциплины в структуре образовательной программы

Дисциплины (практики), предшествующие изучению дисциплины, результаты освоения которых необходимы для освоения данной дисциплины.	Безопасность в чрезвычайных ситуациях, Гражданское и социально-ответственное поведение, Медико-биологические основы безопасности жизнедеятельности
Дисциплины (практики), для которых результаты освоения данной дисциплины будут необходимы, как входные знания, умения и владения для их изучения.	Безопасность в чрезвычайных ситуациях, Гражданская оборона

**3. Объем дисциплины в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающегося с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающегося**

Общий объем дисциплины в з.е. /час: 3 / 108

Форма промежуточной аттестации: Зачет

Форма обучения	Виды занятий, их трудоемкость (час.)				Объем контактной работы обучающегося с преподавателем (час)
	Лекции	Лабораторные работы	Практические занятия	Самостоятельная работа	
заочная	8	0	8	92	20

4. Содержание дисциплины, структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

Форма обучения: заочная

Семестр: 9

Лекционные занятия (8ч.)

1. Психологическая устойчивость в ЧС - как неотъемлемая часть создания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов {лекция с разбором конкретных ситуаций} (1ч.) [2,3,4,5] Понятие об экстремальных и кризисных ситуациях. Стрессогенные факторы кризисной ситуации. Сочетание физической травмы и острых психологических реакций при экстремальных ситуациях.

Особенности психологических реакций при пожаре, наводнении, землетрясении, террористическом акте и других ЧС. Межпредметные связи курса «Психологическая устойчивость в ЧС» с другими дисциплинами. Значение базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах.

2. Понятие о стрессе и посттравматическом расстройстве в результате ЧС. Особенности поведения человека в кризисной ситуации {лекция с разбором конкретных ситуаций} (3ч.) [2,3,6] Стресс и стадии стресса. Характеристика каждой стадии. Стресс и дистресс. Особенности кризисной ситуации. Зависимость стрессовой реакции на ситуацию от личностного смысла события.

Зависимость проявления стрессовой реакции от индивидуальных особенностей человека. Последствия стресса. Стратегии преодоления последствий стрессовых ситуаций. Этапность адаптации человека к экстремальным условиям. Регрессия поведения при кризисной ситуации, ее проявления и прогноз. Влияние индивидуальных и личностных особенностей на поведение человека в кризисной ситуации. Поведение человека в зависимости от продолжительности времени, прошедшего после кризисной ситуации. Мотивация самосохранения и поведение в зависимости от ее актуализации или притупления. Модели поведения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации, террористического акта или военного конфликта.

3. Виды ЧС в производственной деятельности и правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации {лекция с разбором конкретных ситуаций} (2ч.) [2,3,4,5] Особенности поведения людей при пожаре, теракте,

землетрясении и др. стихийных бедствиях и обусловленных человеческим фактором ситуациях. Виды трудового стресса, связанные с риском возникновения ЧС. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях. Выбор модели поведения при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного происхождения.

**4. Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Разработка корректирующих мероприятий. {лекция с разбором конкретных ситуаций} (2ч.)[2,3,6] Негативные факторы и воздействия техносферы на человека и окружающую среду. Характеристика взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Характеристика техногенных опасностей и разработка корректирующих мероприятий. Критерии комфортности, безопасности среды.**

### **Практические занятия (8ч.)**

#### **1. Основные понятия**

**курса «Психологическая устойчивость в ЧС». Значение базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах. {с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий} (2ч.)[2,5] Понятие об экстремальных и кризисных ситуациях. Стрессогенные факторы кризисной ситуации. Сочетание физической травмы и острых психологических реакций при экстремальных ситуациях. Особенности психологических реакций при пожаре, наводнении, землетрясении, террористическом акте и других ЧС. Межпредметные связи курса «Психологическая устойчивость в ЧС» с другими дисциплинами. Значение базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах.**

**2. Понятие о стрессе и посттравматическом расстройстве в результате ЧС. Особенности поведения человека в кризисной ситуации. {метод кейсов} (2ч.)[2,3,6,7] Стресс и стадии стресса. Характеристика каждой стадии. Стресс и дистресс. Особенности кризисной ситуации. Зависимость стрессовой реакции на ситуацию от личностного смысла события. Зависимость проявления стрессовой реакции от индивидуальных особенностей человека. Последствия стресса. Стратегии преодоления последствий стрессовых ситуаций. Этапность адаптации человека к экстремальным условиям. Регрессия поведения при кризисной ситуации, ее проявления и прогноз. Влияние индивидуальных и личностных особенностей на поведение человека в кризисной ситуации. Поведение человека в зависимости от продолжительности времени, прошедшего после кризисной ситуации. Мотивация самосохранения и поведение в зависимости от ее актуализации или притупления. Модели поведения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации, террористического акта или военного конфликта.**

**3. Виды ЧС в производственной деятельности и правила поведения при**

возникновении чрезвычайной ситуации. {метод кейсов} (2ч.)[2,3,4,5] Особенности поведения людей при пожаре, теракте, землетрясении и др. стихийных бедствиях и обусловленных человеческим фактором ситуациях. Виды трудового стресса, связанные с риском возникновения ЧС. Профессиональная помощь и самопомощь в чрезвычайных ситуациях. Выбор правила поведения при возникновении чрезвычайной ситуации природного или техногенного происхождения.

4. Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Разработка корректирующих мероприятий. {метод кейсов} (2ч.)[2,3,4,5] Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Характер взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Виды и характер техногенных опасностей. Требования к разработке корректирующих мероприятий по техногенной безопасности. Критерии комфортности, безопасности среды.

#### Самостоятельная работа (92ч.)

1. Психологическая устойчивость в ЧС - как неотъемлемая часть создания в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасных условий жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов {творческое задание} (32ч.)[2,3,4,6,7] Определение модели поведения при возникновении угрозы чрезвычайной ситуации, террористического акта или военного конфликта. Использование базовых дефектологических знаний в социальной и профессиональной сферах.

Изучение рекомендованной литературы, чтение конспектов лекций, составление перечня вопросов, подготовка презентации.

2. Механизмы воздействия техногенных опасностей на человека. Разработка корректирующих мероприятий. {метод кейсов} (37ч.)[2,3,4,5,6,7] Определение характера взаимодействия организма человека с опасностями среды обитания с учетом специфики действия вредных факторов. Анализ техногенных опасностей и разработка корректирующих мероприятий. Решение практико-ориентированных учебных заданий из Фонда оценочных материалов.

3. Выполнение контрольной работы. {с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий} (16ч.)[1,2,3,4,5] Изучение рекомендованной литературы, подбор материала по вопросам и заданиям контрольной работы, оформление работы и списка использованной литературы.

4. Защита контрольной работы. {с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий} (3ч.)[1,2,3,5] Повторение

пройденного учебного материала

5. Подготовка к промежуточной аттестации. {с элементами электронного обучения и дистанционных образовательных технологий} (4ч.) [2,3,4,5,6]  
Повторение пройденного учебного материала.

## 5. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Для каждого обучающегося обеспечен индивидуальный неограниченный доступ к электронной информационно-образовательной среде АлтГТУ:

1. Цыганенко Н.В., Рыгалова М.В. Методические указания по выполнению контрольной работы по дисциплине «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» для направления 20.03.01 Техносферная безопасность, проф. «Менеджмент рисков техносферной безопасности и чрезвычайных ситуаций» [Электронный ресурс]: Методические указания.– Электрон. дан.– Барнаул: АлтГТУ, 2022.– Режим доступа:

[http://elib.altstu.ru/eum/download/fis/Ciganenko\\_PsihPomChSitm\\_mu.pdf](http://elib.altstu.ru/eum/download/fis/Ciganenko_PsihPomChSitm_mu.pdf), авторизованный.

2. Рыгалова М.В. Методические рекомендации к занятиям по дисциплине «Психологическая устойчивость в чрезвычайных ситуациях» для студентов направления 20.03.01 Техносферная безопасность, профиль «Менеджмент рисков техносферной безопасности и чрезвычайных ситуаций» [Электронный ресурс]: Методические указания.– Электрон. дан.– Барнаул: АлтГТУ, 2022.– Режим доступа:

[http://elib.altstu.ru/eum/download/fis/Rigalova\\_PsihUst\\_mr.pdf](http://elib.altstu.ru/eum/download/fis/Rigalova_PsihUst_mr.pdf), авторизованный

## 6. Перечень учебной литературы

### 6.1. Основная литература

3. Белашева, И.В. Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях : учебное пособие / И.В. Белашева, И.Н. Польшакова ; Северо-Кавказский федеральный университет. – Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет (СКФУ), 2017. – 104 с. : схем., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494681> (дата обращения: 21.02.2023). – Текст : электронный.

4. Кризисная психология : учебное пособие : [16+] / авт.-сост. Е.С. Гольдшмидт, Н.И. Корытченкова, С.С. Смагина, Н.К. Будницкая и др. – Кемерово : Кемеровский государственный университет, 2019. – 140 с. : ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=600274> (дата обращения:

21.02.2023). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-8353-2444-6. – Текст : электронный.

## 6.2. Дополнительная литература

5. Гуревич, П. С. Психология чрезвычайных ситуаций : учебное пособие / П. С. Гуревич. – Москва : Юнити-Дана, 2017. – 495 с. – (Актуальная психология). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=684996> (дата обращения: 21.02.2023). – ISBN 978-5-238-01246-9. – Текст : электронный.

6. Караванова, Л.Ж. Психология : учебное пособие / Л.Ж. Караванова. – 3-е изд., стер. – Москва : Дашков и К°, 2020. – 264 с. : ил. – (Учебные издания для бакалавров). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=573209> (дата обращения: 21.02.2023). – Библиогр.: с. 232 - 233. – ISBN 978-5-394-03766-5. – Текст : электронный.

## 7. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины

7. <https://psi.mchs.gov.ru/> Интернет-служба экстренной психологической службы МЧС России

## 8. Фонд оценочных материалов для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации

Содержание промежуточной аттестации раскрывается в комплекте контролирующих материалов, предназначенных для проверки соответствия уровня подготовки по дисциплине требованиям ФГОС, которые хранятся на кафедре-разработчике РПД в печатном виде и в ЭИОС.

## 9. Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем

Для успешного освоения дисциплины используются ресурсы электронной информационно-образовательной среды, образовательные интернет-порталы, глобальная компьютерная сеть Интернет. В процессе изучения дисциплины происходит интерактивное взаимодействие обучающегося с преподавателем через личный кабинет студента.

№пп	Используемое программное обеспечение
1	LibreOffice
2	Windows
3	Антивирус Kaspersky

№пп	Используемые профессиональные базы данных и информационные справочные системы
1	Национальная электронная библиотека (НЭБ) – свободный доступ читателей к фондам российских библиотек. Содержит коллекции оцифрованных документов (как открытого доступа, так и ограниченных авторским правом), а также каталог изданий, хранящихся в библиотеках России. ( <a href="http://нэб.рф/">http://нэб.рф/</a> )

**10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

Наименование специальных помещений и помещений для самостоятельной работы
учебные аудитории для проведения учебных занятий
помещения для самостоятельной работы

Материально-техническое обеспечение и организация образовательного процесса по дисциплине для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья осуществляется в соответствии с «Положением об обучении инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья».