




ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ  
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ТЕХНИЧЕСКИЙ ПОЖАРНО-СПАСАТЕЛЬНЫЙ КОЛЛЕДЖ» (ПОАНО «ТПСК»)

367012, РД, г. Махачкала, ул. Магомеда Гаджиева, 22; 367007, РД, г. Махачкала, ул. Бейбулатова, 13. Контакт. тел: 8-906-450-00-59;  
8-989-890-01-02. E-mail: tpsk2019@bk.ru; muradaliyeva\_alfiya@mail.ru. Сайт: pojar-spas.ru Telegram: https://t.me/pojar\_spas

РАССМОТРЕНО и ОДОБРЕНО:  
на заседании ПЦК  
Протокол № 1 от 20 01 2024 г.  
Председатель

 И.И. Мурдалиева И.Р.



УТВЕРЖДАЮ:  
Директор ПОАНО «ТПСК»  
А.В. Мурадалиева  
01 2024 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ  
ОП.01 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ  
СИТУАЦИЙ

Среднее профессиональное образование  
Профессия 20.01.01 Пожарный  
Квалификация выпускника-Пожарный

МАХАЧКАЛА 2024 г.

## ***СОДЕРЖАНИЕ***

- 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ  
ДИСЦИПЛИНЫ**
- 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**
- 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ  
УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ**

# 1. ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОЧЕЙ ПРОГРАММЫ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ ОП.01 ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ ЭКСТРЕМАЛЬНЫХ СИТУАЦИЙ

## 1.1. Место дисциплины в структуре основной образовательной программы:

Учебная дисциплина «Основы психологии экстремальных ситуаций» является обязательной частью цикла общепрофессиональных дисциплин примерной основной образовательной программы в соответствии с ФГОС СПО по профессии 20.01.01 Пожарный

Особое значение дисциплина имеет при формировании и развитии ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06.

## 1.2. Цель и планируемые результаты освоения дисциплины:

В рамках программы учебной дисциплины обучающимися осваиваются умения и знания

Код ПК, ОК,	Умения	Знания
ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ПК 1.2, ПК 1.3	<ul style="list-style-type: none"> <li>-определять и устранять факторы риска при спасении людей;</li> <li>-оценивать состояние пострадавшего (по основным наблюдаемым симптомам (особенностям поведения) или путём опроса) и прогнозировать динамику;</li> <li>-непосредственно оказывать экстренную психологическую помощь и поддержку;</li> <li>-учитывать этнокультурные и индивидуальные особенности пострадавших;</li> <li>-координировать работы по оказанию помощи и непосредственно оказывать психологическую помощь с учётом состояния</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-нормативные правовые акты, регламентирующие порядок выполнения работ по спасению людей, оказанию психологической помощи и поддержке;</li> <li>-порядок действий, методы и способы работы с пострадавшими;</li> <li>-психологические особенности поведения пострадавших и особенности общения с ними в разных сложных ситуациях;</li> <li>-особенности динамики психических состояний в экстремальных ситуациях;</li> <li>-требования личной безопасности;</li> <li>-профилактика негативных последствий профессионального стресса</li> </ul>

## 2. СТРУКТУРА И СОДЕРЖАНИЕ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

### 1.1. Объем учебной дисциплины и виды учебной работы

Вид учебной работы	Объем в часах
Объем образовательной программы учебной дисциплины	32
в т. ч.:	
теоретическое обучение	24
практические занятия	8
<i>Самостоятельная работа</i> <sup>18</sup>	-
Промежуточная аттестация	

<sup>18</sup> Самостоятельная работа в рамках образовательной программы планируется образовательной организацией в соответствии с требованиями ФГОС СПО в пределах объема учебной дисциплины в количестве часов, необходимом для выполнения заданий самостоятельной работы обучающихся, предусмотренных тематическим планом и содержанием учебной дисциплины.

## 1.2. Тематический план и содержание учебной дисциплины

Наименование разделов и тем	Содержание учебного материала и формы организации деятельности обучающихся	Объем, акад. ч / в том числе в форме практической подготовки, акад. ч	Коды компетенций и личностных результатов <sup>19</sup> , формированию которых способствует элемент программы
<b>Раздел 1. Основы психологии как науки.</b>		<b>6/2</b>	
<b>Тема 1.1 Введение</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06
	Психология как наука. Мозг и психика. Познавательные процессы.		
	<i>Практическое занятие № 1.</i> Методы и приёмы развития познавательных процессов. Значение в профессиональной деятельности.	2	ПК 1.2, ПК 1.3
<b>Тема 1.2 Индивидуально-типологические особенности личности</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06
	Личность, свойства, структура. Характер. Темперамент. Волевые качества, влияние на поведение. Самоконтроль.		
<b>Раздел 2. Психологическая подготовка к деятельности в экстремальных ситуациях.</b>		<b>6/2</b>	
<b>Тема 2.1 Типология ситуаций</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06
	Психологические характеристики кризисных, чрезвычайных, экстремальных ситуаций. Стадии развития. Группы участников. Основы кризисной психологической помощи.		
<b>Тема 2.2 Психологическое сопровождение профессиональной деятельности.</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06
	Психологический отбор. Психологическая подготовка, сопровождение, помощь, реабилитация. Профессиональные кризисы, работа над ними. Механизмы защиты. Профессиональное здоровье. Психогигиена. Саморегуляция.		
	<i>Практическое занятие № 2.</i> Стрессоустойчивость.	2	ОК 01, ОК 03, ОК 04
<b>Раздел 3. Основы экстренной психологической помощи.</b>		<b>14/4</b>	
<b>Тема 3.1 Основы психо-</b>	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02,

<sup>19</sup> В соответствии с Приложением 3 ПООП.

логической помощи.	Принципы и этические нормы оказания помощи. Острое стрессовое расстройств. Психотравма. Динамика состояний. Профилактика панических реакций.		ОК 03 ОК 4
Тема 3.2 Способы общения с пострадавшими.	<b>Содержание учебного материала</b>	6	ОК 01, ОК 02, ОК 03 ОК 4
	Этапы общения. Основные элементы коммуникации. Барьеры непонимания. Основные техники экстренной помощи в различных психотравмирующих ситуациях (бред, апатия, ступор, агрессия, двигательное возбуждение, страх, нервная дрожь, плач, истерика, угроза для жизни (насилие), суицидальное поведение).		
	<i>Практические занятия № 3, 4.</i> Способы общения с пострадавшими и действия сотрудников на месте экстремальной ситуации. Профилактика отсроченных реакций на травматический стресс.	4	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06, ПК 1.2, ПК 1.3
Тема 3.3 Психология утраты	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03 ОК 4
	Стадии переживания. Приёмы психологической поддержки умирающего. Синдром утраты. Стадии горевания. Приёмы психологической поддержки переживающих утрату. Переживание горя детьми.		
<b>Раздел 4. Межличностные отношения и взаимодействия.</b>		4/-	
Тема 4.1. Личность и группа	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06
	Типы взаимоотношений в группе. Морально-психологический климат. Сотрудничество и взаимопомощь. Самоанализ, самооценка, формирование уверенности в себе.		
Тема 4.2. Конфликты.	<b>Содержание учебного материала</b>	2	ОК 01, ОК 02, ОК 03, ОК 04, ОК 06
	Типология, классификация, функции конфликтов. Особенности эмоционального реагирования в конфликтах. Стратегии поведения в конфликтной ситуации. Способы предупреждения и разрешения. Внутриличностные конфликты.		
Итоговое занятие.		2	
<i>Всего</i>		32	

### 3. УСЛОВИЯ РЕАЛИЗАЦИИ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

**3.1. Для реализации программы учебной дисциплины должны быть предусмотрены следующие специальные помещения:**

Кабинет «Психология», оснащённый оборудованием:

- посадочные места по количеству обучающихся;
- рабочее место преподавателя;
- комплект учебно-методической документации;
- комплект учебно-наглядных пособий;
- раздаточные материалы;
- зона для психологической разгрузки;

технические средства обучения:

- компьютер с лицензионным программным обеспечением;
- мультимедиа-комплекс.

#### **3.2. Информационное обеспечение реализации программы**

Для реализации программы библиотечный фонд образовательной организации должен иметь печатные и/или электронные образовательные и информационные ресурсы для использования в образовательном процессе. При формировании библиотечного фонда образовательной организацией выбирается не менее одного издания из перечисленных ниже печатных изданий и (или) электронных изданий в качестве основного, при этом список может быть дополнен другими изданиями.

##### **3.2.1. Основные печатные издания**

1. Заварзина О.В. Психология экстремальных ситуаций :Учебник / О.В.Заварзина, - 2-е изд., переработанное и дополненное-Москва:КУРС,2022.-176 с.-ISBN 978-5-907352-88-9
2. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2022. — 303 с. ISBN 978-5-534-01915-5.
3. Столярова, В. А. Психология функциональных состояний : учебное пособие для вузов / В. А. Столярова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 108 с. — ISBN 978-5-8114-9704-1
4. Якуничева, О. Н. Психология общения : учебник для СПО / О. Н. Якуничева, А. П. Прокофьева. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 224 с. — ISBN 978-5-8114-9503-0.

##### **3.2.2. Основные электронные издания**

1. Гуревич, П.С. Психология чрезвычайных ситуаций: учеб. пособие для студентов вузов / П.С. Гуревич. — М. : ЮНИТИ-ДАНА, 2017.— 495 с. — (Серия «Актуальная психология»). - ISBN 978-5-238-01246-9. - Текст : электронный. - URL: <https://znanium.com/catalog/product/1028566>
2. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для среднего профессионального образования / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва :



Издательство Юрайт, 2022. — 303 с. — (Профессиональное образование). — ISBN 978-5-534-01915-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/491683>

3. Столярова, В. А. Психология функциональных состояний : учебное пособие для вузов / В. А. Столярова. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 108 с. — ISBN 978-5-8114-9704-1. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/197729> (дата обращения: 25.01.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

4. Якуничева, О. Н. Психология общения : учебник для спо / О. Н. Якуничева, А. П. Прокофьева. — 3-е изд., стер. — Санкт-Петербург : Лань, 2022. — 224 с. — ISBN 978-5-8114-9503-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/195538> (дата обращения: 25.01.2022). — Режим доступа: для авториз. пользователей.

### **3.2.3. Дополнительные источники**

1. Белашева И.В. Стратегии совладающего поведения в экстремальных ситуациях : учебное пособие / Белашева И.В., Польшакова И.Н.. — Ставрополь : Северо-Кавказский федеральный университет, 2017. — 104 с. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/83201.html> (дата обращения: 01.02.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

2. Каменская Е.Н. Психологическая безопасность личности и поведение человека в чрезвычайной ситуации : учебное пособие / Каменская Е.Н.. — Ростов-на-Дону, Таганрог : Издательство Южного федерального университета, 2021. — 110 с. — ISBN 978-5-9275-2584-3. — Текст : электронный // IPR SMART : [сайт]. — URL: <https://www.iprbookshop.ru/87480.html> (дата обращения: 01.02.2022). — Режим доступа: для авторизир. пользователей

3. Статьи Интернет-службы Экстренной психологической помощи МЧС России [Электронный ресурс] – URL: <https://psi.mchs.gov.ru/psihologicheskaya-sluzhba/stati>

4. Оказание экстренной психологической помощи [Электронный ресурс] – URL: <https://psi.mchs.gov.ru/deyatelnost/okazanie-ekstrennoy-psih-pomoshchi>

5. Видеоархив Интернет-службы Экстренной психологической помощи МЧС России [Электрон-ный ресурс] – URL: <https://psi.mchs.gov.ru/press-centr/video-arhiv>

6. Фотоархив Интернет-службы Экстренной психологической помощи МЧС России [Электрон-ный ресурс] – URL: <https://psi.mchs.gov.ru/press-centr/foto-arhiv>



#### 4. КОНТРОЛЬ И ОЦЕНКА РЕЗУЛЬТАТОВ ОСВОЕНИЯ УЧЕБНОЙ ДИСЦИПЛИНЫ

Результаты обучения <sup>20</sup>	Критерии оценки	Методы оценки
<p><b>Знания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-нормативных правовых актов, регламентирующих порядок выполнения работ по спасению людей, оказанию психологической помощи и поддержке;</li> <li>-порядок действий, методы и способы работы с пострадавшими;</li> <li>-психологические особенности поведения пострадавших и особенности общения с ними в разных сложных ситуациях;</li> <li>-особенности динамики психических состояний в экстремальных ситуациях;</li> <li>-требования личной безопасности;</li> <li>-профилактика негативных последствий профессионального стресса</li> </ul>	<p>Демонстрирует понимание значимости профессиональной деятельности, ответственности и интереса. Демонстрирует знания порядка действий работы с пострадавшими, способность самостоятельно ставить и решать задачи в стандартных и сложных ситуациях, обобщать и оценивать результаты.</p> <p>Демонстрирует знание особенностей психического состояния пострадавших в экстремальных ситуациях, динамики развития ситуации, психологических реакций и состояний.</p>	<p>текущая проверка наблюдение и оценка результатов выполнения практических работ; устный опрос; оценка результатов выполнения самостоятельной работы тестирование. экспресс-диагностика.</p>
<p><b>Умения:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>-совершенствовать профессиональную подготовку;</li> <li>-оценивать состояние пострадавшего (по основным наблюдаемым симптомам (особенностям поведения) или путём опроса) и прогнозировать динамику;</li> <li>-непосредственно оказывать экстренную психологическую помощь и поддержку;</li> <li>-учитывать этнокультурные и индивидуальные особенности пострадавших;</li> <li>-координировать работы по оказанию помощи и непосредственно оказывать психологическую помощь с учётом состояния</li> </ul>	<p>Демонстрирует умение в совершенствовании профессиональной подготовки, осознание необходимости профессионального и личностного развития, самообразования.</p> <p>Демонстрирует умение применять в работе приёмы профилактики профессионального стресса.</p> <p>Использует различные приёмы и техники при оказании психологической поддержки в разных экстремальных ситуациях.</p>	<p>текущая проверка наблюдение и оценка результатов выполнения практических работ; устный опрос; оценка результатов выполнения самостоятельной работы тестирование. экспресс-диагностика.</p>

<sup>20</sup> Личностные результаты обучающихся учитываются в ходе оценки результатов освоения учебной дисциплины.