

ЕЛЕЦКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ им. И.А. БУНИНА

«УТВЕРЖДАЮ»
И.о. директора института физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности
 /О.В. Багрянцев/

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Б1.В.01.14.ДВ.01.01 Психофизиологические основы поведения при чрезвычайных ситуациях

Направление подготовки: 20.03.01 Техносферная безопасность

Направленность (профиль): Защита в чрезвычайных ситуациях

Квалификация (степень): бакалавр

Форма обучения: очная

Институт: физической культуры, спорта и безопасности жизнедеятельности

Кафедра: медицинских дисциплин и безопасности жизнедеятельности

	очная форма	очно-заочная форма	заочная форма
Курс	3		
Семестр/триместр	6		

Лекции	18		
Лабораторные занятия			
Практические (семинарские) занятия	36		
в т. ч. практическая подготовка	2		
Форма(ы) промежуточной аттестации	зачет		
Контроль			
Иные формы работы			
Самостоятельная работа	54		

Всего часов: 108

Трудоемкость: 3 зачетные единицы.

Разработчик(и) рабочей программы:

кандидат психологических наук, доцент А.В. Добрин

I. ОРГАНИЗАЦИОННО-МЕТОДИЧЕСКИЙ РАЗДЕЛ

Цель изучения дисциплины: Целями освоения дисциплины является изучение психофизиологических основ возникновения чрезвычайных ситуаций, путей использования психофизиологических методов для повышения безопасности и предупреждения возникновения экстремальных ситуаций..

Задачи изучения дисциплины:

- 1) дать знания об основных нейрофизиологических процессах, психофизиологических состояниях и свойствах личности в норме и при различных экстремальных ситуациях;
- 2) показать психофизиологические механизмы адаптации организма к различным экстремальным и стрессовым ситуациям;
- 3) дать представления об основных психотерапевтических методах коррекции психоэмоциональных и личностных расстройств.

Место дисциплины в структуре ОПОП: реализуется в рамках части, формируемой участниками образовательных отношений блока Б1. Дисциплины (модули)

Планируемые результаты обучения по дисциплине:

Код компетенции	Индикаторы достижения компетенции	Планируемые результаты обучения по дисциплине
УК-8	Знать: <ul style="list-style-type: none">– факторы вредного влияния на жизнедеятельность элементов среды обитания;– алгоритмы действий при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов;– правила техники безопасности на рабочем месте;	Знает: <ul style="list-style-type: none">• психофизиологические аспекты кризисных и экстремальных ситуаций;• кризисы и конфликты в жизни человека и пути их преодоления;
	Уметь: <ul style="list-style-type: none">– идентифицировать опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности, создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности;	Умеет: <ul style="list-style-type: none">• поддерживать психологическую готовность к действиям в экстремальных ситуациях;• применять приемы профилактики негативных последствий профессионального стресса;
	Владеть: <ul style="list-style-type: none">– действиями по предотвращению возникновения чрезвычайных ситуаций (природного и техногенного происхождения) на рабочем месте и осуществлению спасательных и неотложных аварийно-восстановительных мероприятий в случае возникновения чрезвычайных ситуаций.	Владеет <ul style="list-style-type: none">• методами и приемами психологической саморегуляции.

ПКС-1	<p>Знать:</p> <ul style="list-style-type: none"> – Правила, процедуры, критерии и нормативы, установленные государственными нормативными требованиями охраны труда; – правовые, нормативно-технические и организационные основы безопасности жизнедеятельности; – организацию надзора и контроля в сфере безопасности, органы государственного надзора, их права и обязанности; – основные термины и определения в области охраны окружающей среды; – Требования к порядку обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда, приемов оказания первой помощи пострадавшим, установленные нормативными правовыми актами – Технологию, формы, средства и методы проведения обучения по охране труда, инструктажей и проверки знаний требований охраны труда, в том числе с применением системы цифровизации (электронных цифровых подписей); – Требования охраны труда, установленные правилами и инструкциями к технологическим процессам, машинам и приспособлениям; – Систему учета и хранения, в том числе в электронном виде, результатов обучения по охране труда и проверки знаний требований охраны труда, приемов первой помощи пострадавшим 	<p>Знает:</p> <ul style="list-style-type: none"> • психофизиологические феномены, категории, методы изучения и описания закономерностей функционирования и развития психики с позиций существующих в отечественной и зарубежной науке подходов; • - психофизиологические технологии, позволяющие решать типовые задачи в областях работы в экстремальных и кризисных ситуациях;
	<p>Уметь:</p> <ul style="list-style-type: none"> – обеспечивать контроль за соблюдением требований охраны труда; – проводить контроль параметров и уровня негативных воздействий на их соответствие нормативным требованиям; – пользоваться законодательной 	<p>Умеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • анализировать психофизиологические теории возникновения и развития психики в процессе эволюции, развития кризисных состояний у

	<p>документацией по вопросам надзора и контроля в сфере безопасности;</p> <ul style="list-style-type: none"> – Анализировать и систематизировать данные о работниках, прошедших обучение по охране труда и проверку знания требований охраны труда, приемов оказания первой помощи пострадавшим, в электронном виде – Разрабатывать информационные и методические материалы для подготовки инструкций по охране труда, оказанию первой помощи пострадавшим, программы обучения работников безопасным методам и приемам выполнения работ 	<p>индивида;</p> <ul style="list-style-type: none"> • прогнозировать изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях при воздействии экстремальных факторов
	<p>Владеть:</p> <ul style="list-style-type: none"> – навыками применения законодательных и правовых актов в области пожарной, промышленной безопасности, охраны труда и окружающей среды; – навыками обеспечения расследования и учета несчастных случаев на производстве и профессиональных заболеваний; – методами повышения безопасности технических средств и технологических процессов; – Проводить вводный инструктаж по охране труда – Консультировать работников по вопросам применения безопасных методов и приемов выполнения работ, подготовки инструкций по охране труда и проведения инструктажей, стажировок на рабочем месте; – Навыками контроля за проведением обучения работников безопасным методам и приемам выполнения работ, инструктажей по охране труда и стажировок в соответствии с нормативными требованиями 	<p>Владеет:</p> <ul style="list-style-type: none"> • современными технологиями и методами осуществления образовательного процесса; • навыками оказания психологической поддержки, терапии и коррекции лицам с посттравматическим стрессовым расстройством, лицам, побывавшим в экстремальной или кризисной ситуации • технологиями оказания психологической помощи и самопомощи в кризисных ситуациях;

II. СОДЕРЖАНИЕ И ОБЪЕМ ДИСЦИПЛИНЫ

с указанием количества часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу

Очная форма обучения

№ п/п	Наименование разделов и тем	Всего	Аудиторные занятия			Сам. раб.
			ЛК	ПЗ	ЛБ	
1.	Раздел I. Индивидуальные механизмы адаптации.	42	6	12		24
2.	Тема 1. Биологические основы адаптации к экстремальным условиям среды.	14	2	4		8
3.	Тема 2. Особенности личности и устойчивость к воздействию экстремальных факторов.	14	2	4		8
4.	Тема 3. Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях.	14	2	4		8
5.	Раздел II. Психофизиологические основы поведения при катастрофах.	66	12	24		30
6.	Тема 4. Основные факторы психофизиологических перегрузок в очаге катастрофы.	14	2	4		8
7.	Тема 5. Психические расстройства при стихийных бедствиях.	14	2	4		8
8.	Тема 6. Психогении при островозникших жизнеопасных ситуациях.	20	4	8		8
9.	Тема 7. Психофизиологические особенности детского организма и поведение детей в очаге катастрофы.	18	4	8		6
10.	<i>Форма отчетности</i>	<i>зачет</i>				
11.	<i>Итого за _6_ семестр</i>	<i>108</i>	<i>18</i>	<i>36</i>		<i>54</i>
12.	в т.ч. практическая подготовка	2				
13.	ИТОГО:	<i>108</i>	<i>18</i>	<i>36</i>		<i>54</i>

Очно-заочная форма обучения (не реализуется)

Заочная форма обучения (не реализуется)

III. ОЦЕНОЧНЫЕ МАТЕРИАЛЫ ДЛЯ ПРОВЕДЕНИЯ ТЕКУЩЕЙ И ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Текущая аттестация проводится в форме контрольной работы, теста, реферата, творческого задания, кейса и др.

Вариант 1.

1. Раскройте методы психодиагностики уровня психической адаптации и степени выраженности дезадаптивных процессов: ПТСР, психосоматических и невротических расстройств и т.д.
2. Раскройте понятие, цель, условия в которых оказывается экстренная психологическая помощь.

Вариант 2.

1. Напишите правила оказания экстренной психологической помощи, помощи родственникам пострадавших.
2. Раскройте понятие экстремальной ситуации в психологии, уровни экстремальности. Опишите экстремальные ситуации антропогенного или социального характера.

Примерная тематика рефератов

1. Стрессогенные факторы чрезвычайных и кризисных ситуаций. Их зависимость от личностных особенностей человека
2. Профессиональное мышление специалиста МЧС России
3. Проявление психологической устойчивости и профессиональные действия при пожаре, наводнении, террористическом акте, транспортном происшествии, землетрясении и др. ЧС
4. Профессиональная деформация и «эмоциональное выгорание» в деятельности психолога МЧС
5. Предсказуемые кризисы в жизни человека и их связь с ЧС
6. Причины и особенности производственных конфликтов
7. Профилактика конфликтов в организации. Управление конфликтами и их конструктивное разрешение
8. Профессиональное посредничество в конфликте
9. Методы управления состоянием. Аутогенная тренировка, техника ее проведения
10. Дыхательные и физические упражнения
11. Приемы психической саморегуляции

Промежуточная аттестация обучающихся осуществляется в форме зачета, с использованием следующих оценочных материалов: *перечень вопросов к зачету*.

Вопросы к зачету

(6 семестр, очная форма обучения)

1. Понятие адаптация. Физиологические механизмы индивидуальных адаптаций.
2. Краткосрочная и долгосрочная адаптация.
3. Общий адаптационный синдром. Стресс. Акклиматизация.
4. Пассивные и активные формы адаптации в экстремальных условиях внешней среды.
5. Срыв адаптации. Компенсаторные механизмы незавершенных адаптаций.

6. Адаптация и здоровье.
7. Теория функциональных систем (П.К. Анохин) как теоретическая основа психофизиологических реакций организма.
8. Основные нервные процессы в коре больших полушарий – возбуждение и торможение и их характеристика.
9. Основные психофизиологические процессы и их роль в обеспечении безопасности.
10. Типологические особенности ВНД. Типологии личности (К. Юнг).
11. Черты личности: индивидуальные, кардинальные, глубинные, поверхностные.
12. Основные факторы сущности личности: экстраверсия, доброжелательность, сознательность, нейротизм, открытость опыту.
13. Теории личности: психоаналитическая (З. Фрейд), бихевиористская (Миллер и Доллард), гуманистическая (Маслоу, К. Роджерс).
14. Роль наследственности и среды в формировании личности.
15. Психофизиологические причины, приводящие к возникновению опасных ситуаций и ошибок.
16. Синдром полярного напряжения.
17. Синдром психоэмоционального напряжения.
18. Болезни нарушенной адаптации (неврозы, депрессивные состояния, алкоголизм). Способы и методы коррекции.
19. Телемедицина и другие технические средства помощи в экстремальных районах.
20. Психогенные реакции.
21. Депрессивные состояния.
22. Тревожнофобические состояния.
23. Эмоциональная лабильность.
24. Пограничные состояния.
25. Свойства нервной системы, способствующие опасному поведению: слабость, неуравновешенность, низкая подвижность нервных процессов, нарушения памяти, недостаточная концентрация, объем, распределение и переключение внимания, нарушения сенсомоторной координации, эмоциональная неустойчивость, утомление и переутомление нервной системы и т.д.
26. Влияние личностных качеств на развитие опасных ситуаций.
27. Нарушения мотивационных (недооценка опасности, склонность к риску, нарушение правил, психологические и эмоциональные состояния), и (или) исполнительских действий (несоответствие психологических и физиологических возможностей человека требованиям).
28. Половые особенности, определяющие возникновение и ликвидацию опасностей.
29. Непатологические (физиологические) реакции.
30. Психогенные патологические реакции.
31. Психогенные невротические состояния.
32. Реактивные психозы.

33. Типы психогенных реакции и расстройств.
34. Клинические особенности психогений.
35. Профилактика психогений в экстремальных ситуациях.
36. Виды паники и причины ее возникновения.
37. Социально-ситуативные, психологические и физиологические условия возникновения массовой паники.
38. Поведение человека в аварийных ситуациях: гипермобилизация, потеря ориентации, нарушение действий, обострение оборонительных реакций и отказ. Формирование психологической готовности людей (заблаговременной и ситуативной) к экстремальным ситуациям.
39. Развитие в онтогенезе основных свойств нервных процессов.
40. Особенности формирования типологических свойств ВНД.
41. Психофизиологические и возрастные особенности мальчиков и девочек.
42. Особенности реагирования детей на различные экстремальные ситуации.
43. Методы психологической подготовки детей к действию в чрезвычайных ситуациях. Профилактика безопасности детей в условиях крупного города.
44. Проблемы суицида у подростков.
45. Первая помощь при стрессах, попытках суицида, психологических травмах.
Профилактика и защита ребенка при нападении животных
46. Психологическая подготовка детей к действию в чрезвычайных ситуациях. Профилактика безопасности детей в условиях крупного города. Проблемы суицида у подростков.
47. Психофизиологическое состояние и поведение человека в экстремальных условиях. Болезни нарушенной адаптации (неврозы, депрессивные состояния, алкоголизм). Способы и методы коррекции.
48. Поведение человека в аварийных ситуациях. Формирование психологической готовности людей к экстремальным ситуациям.
49. Агрессия как поведение. Теории агрессии. Психофизиологические основы агрессивности человека.
50. Социальные, индивидуальные и внешние детерминаты агрессии. Превентивные меры и управление агрессией. Внешние факторы, способствующие агрессии.
51. Анализ поведения человека в условиях измененного сознания. Методы обеспечения безопасности в условиях измененного сознания.
52. Психофизиологические основы повышения безопасности. Методы воспитания безопасного мышления.
53. Психотерапевтические методы помощи людям в экстремальных ситуациях и в процессе реабилитации.
54. Классификация психических расстройств. Основные факторы риска суицида и его предупреждение.
55. Медико-социальная и психотерапевтическая помощь людям с нарушением психического здоровья.

IV. ПЕРЕЧЕНЬ ЛИТЕРАТУРЫ, НЕОБХОДИМОЙ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

4.1. Основная литература

1. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 303 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9094-2. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/451164>. (дата обращения: 01.09.2022)

4.2. Дополнительная литература

1. Собольников, В. В. Психология профессиональной деятельности в особых и экстремальных условиях : учебное пособие для вузов / В. В. Собольников. — Москва : Издательство Юрайт, 2020. — 192 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08656-0. — Текст : электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <http://www.biblio-online.ru/bcode/454620>. (дата обращения: 01.09.2022)

V. ПЕРЕЧЕНЬ РЕСУРСОВ ИНФОРМАЦИОННО-ТЕЛЕКОММУНИКАЦИОННОЙ СЕТИ «ИНТЕРНЕТ», НЕОБХОДИМЫХ ДЛЯ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ

№ пп	Ссылка на информационный ресурс	Наименование разработки в электронной форме	Доступность
2	www.garant.ru	Гарант.РУ – информационно-правовой портал	Свободный доступ.
3	http://femb.ru/	Федеральная электронная медицинская библиотека Министерства здравоохранения РФ	Свободный доступ.
4	http://webmedinfo.ru/	Открытый информационно-образовательный медицинский ресурс	Свободный доступ.

VI. СОВРЕМЕННЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНЫЕ БАЗЫ ДАННЫХ И ИНФОРМАЦИОННЫЕ СПРАВОЧНЫЕ СИСТЕМЫ

1.	http://www.biblioclub.ru	Электронно-библиотечная система (ЭБС) Университетская библиотека онлайн	Регистрация через любой университетский компьютер. В дальнейшем предоставляется неограниченный индивидуальный доступ из любой точки, в которой имеется доступ к сети Интернет
2.	www.garant.ru	Информационно-правовой портал	Свободный доступ
3.	www.elibrary.ru	Российский информационный портал в области науки, технологии, медицины и образования	Свободный доступ
4.	www.consultant.ru	Российская компьютерная справочно-правовая система	Свободный доступ

VII. ЛИЦЕНЗИОННОЕ И СВОБОДНО РАСПРОСТРАНЯЕМОЕ ПРОГРАММНОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ

При реализации учебной дисциплины применяется следующее лицензионное и свободно распространяемое программное обеспечение:

- Microsoft Windows;

- Microsoft Office;
- LibreOffice и др.

VIII. ОБОРУДОВАНИЕ И ТЕХНИЧЕСКИЕ СРЕДСТВА ОБУЧЕНИЯ, НЕОБХОДИМЫЕ ДЛЯ ОСУЩЕСТВЛЕНИЯ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО ПРОЦЕССА ПО ДИСЦИПЛИНЕ

Учебные занятия проводятся в аудиториях, укомплектованных специализированной мебелью, в том числе стационарными или переносными техническими средствами обучения (проектор, экран, компьютер/ноутбук).

Самостоятельная работа проводится в кабинетах, оснащенных компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета