ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 00A2C30F99EF9D0306EA3C0F012BEB925E
Владелец: Чанкаев Мурат Хасанович
Действителен: с 02.04.2026 до 26.06.2027

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ

«КАРАЧАЕВО-ЧЕРКЕССКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ У.Д. АЛИЕВА»

Факультет психологии и социальной работы

Кафедра общей и педагогической психологии

УТВЕРЖДАЮ
И. о. проректора по УР
М. Х. Чанкаев
«29» апреля 2026 г., протокол № 7

Рабочая программа дисциплины

Психология экстремальных ситуаций и состояний

(наименование дисциплины (модуля)

Направление подготовки
37.03.01 Психология

(шифр, название направления)

Направленность (профиль)
Общий профиль

Квалификация выпускника
бакалавр

Форма обучения
очная; очно-заочная

Год начала подготовки - 2026

Карачаевск, 2026

Составил(а): *ст.преп. Узденова А. М.*

Рабочая программа дисциплины составлена в соответствии с Федеральным государственным образовательным стандартом высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология, утвержденного приказом Минобрнауки России от 29 июля 2020 г. № 839, образовательной программой высшего образования по направлению 37.03.01 Психология, профиль – Общий профиль; локальными актами КЧГУ.

Рабочая программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры

общей и педагогической психологии на 2026-2027 уч. год

СОДЕРЖАНИЕ

1. Наименование дисциплины (модуля) 4
2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы 4
3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы 4
4. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся 5
5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий 6
5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах) 6
5.2. Тематика лабораторных занятий 7
5.3. Примерная тематика курсовых работ 8
6. Образовательные технологии 8
7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю) 9
7.1. Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций 9
7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины 11
7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям: 11
7.2.2. Примерные вопросы к промежуточной аттестации (зачет) 12
7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов 14
7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний бакалавров 17
8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса 19
8.1. Основная литература: 19
8.2. Дополнительная литература: 19
9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля) 19
10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля) 20
10.1. Общесистемные требования 20
10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины 21
10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения 21
10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы 21
11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья 22
12. Лист регистрации изменений 22

1. Наименование дисциплины (модуля)

Психология экстремальных ситуаций и состояний

Целью изучения дисциплины является:

изучение особенностей экстремальных ситуаций и состояний и психологии поведения человека в экстремальных ситуациях.

Для достижения цели ставятся задачи:

- сформировать представление об истории развития и основных понятиях экстремальной психологии;
- ознакомить с видами экстремальных ситуаций, условий и состояний;
- способствовать расширению кругозора студентов в вопросах психологического здоровья и реабилитационного потенциала личности;
- сформировать понимание психологических проблем поведения личности и группы в экстремальных ситуациях;
- способствовать приобретению навыков и опыта психологической диагностики и помощи при экстремальных ситуациях.

Цели и задачи дисциплины определены в соответствии с требованиями Федерального государственного образовательного стандарта высшего образования по направлению подготовки «37.03.01 Психология» профиль – Общий профиль (квалификация – «бакалавр»).

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Психология экстремальных ситуаций и состояний» (ФТД.01) относится к блоку факультативных дисциплин.

Дисциплина (модуль) изучается на 2 курсе в 4 семестре.

МЕСТО ДИСЦИПЛИНЫ В СТРУКТУРЕ ОП	
Индекс	ФТД.01
Требования к предварительной подготовке обучающегося:	
Для освоения дисциплины обучающиеся используют компетенции, полученные на предыдущем уровне образования.	
Дисциплины и практики, для которых освоение данной дисциплины (модуля) необходимо как предшествующее:	
Компетентности, сформированные в результате освоения программы, необходимы при изучении профессиональных модуля, для совершенствования практических навыков и дальнейшего формирования профессиональной компетентности.	

3. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине (модулю), соотнесенных с планируемыми результатами освоения образовательной программы

Процесс изучения дисциплины «Психология экстремальных ситуаций и состояний» направлен на формирование следующих компетенций обучающегося:

Код компетенций	Содержание компетенции в соответствии с ФГОС ВО/ ПООП/ ООП	Индикаторы достижения компетенций	Декомпозиция компетенций (результаты обучения) в соответствии с установленными индикаторами
ПК-4	способен к отбору и применению психодиагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов (детей и обучающихся, в том числе лиц с ограниченными возможно-	ПК– 4.1 Знать основные методы индивидуальной и групповой психодиагностики; способы обработки и интерпритации данных основных психодиагностических методик; области применения психодиагностических	**Знать:** специфику, характеристики психологического эксперимента; эмпирические методы в психологии; математические основания обработки многомерных данных; типологию гипотез.

	стями здоровья, обучающихся, испытывающих трудности в освоении основных общеобразовательных программ, развитии и социальной адаптации, также несовершеннолетних обучающихся, признанных в случаях и в порядке, которые предусмотрены уголовно -процессуальным законодательством, подозреваемыми, обвиняемыми или подсудимыми по уголовному делу либо являющихся потерпевшими или свидетелями преступления, по запросу органов и учреждений системы профилактики безнадзорности и правонарушений несовершеннолетних)	методик; возрастные ограничения применения психодиагностических методик. ПК – 4.2 Уметь определять предмет и объект прикладного психодиагностического исследования; организовывать и проводить прикладные психодиагностические исследования; анализировать, обобщать и интерпретировать результаты психодиагностического исследования. ПК – 4.3 Владеть навыками отбора и применения психодиагностических методик, адекватных целям, ситуации и контингенту респондентов с последующей математико-статистической обработкой данных и их интерпретаций; участия в проведении психологических исследований на основе применения общепрофессиональных знаний и умений в различных научных и научно-практических областях психологии; проведения стандартного прикладного исследования в определенной области психологии.	**Уметь:** обрабатывать и интерпретировать многомерные данные; разрабатывать экспериментальные планы и процедуры; дифференцировать понятия внешней и внутренней валидности, анализировать угрозы валидности; **Владеть:** навыками работы и применения компьютерными технологиями обработки многомерных данных; методологией психологического эксперимента методами беседы, наблюдения; методом анкетирования, социометрическим методом; количественной и качественной интерпретацией эмпирического материала исследований.

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

Общая трудоемкость (объем) дисциплины (модуля) составляет 2 ЗЕТ, 72 академических часа.

Объём дисциплины	Всего часов	Всего часов
	для очной формы обучения	для очно-заочной формы обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72	72
Контактная работа обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий)* (всего)		
Аудиторная работа (всего):	36	36
в том числе:		
лекции		
семинары, практические занятия	36	36
практикумы	Не предусмотрено	
лабораторные работы	Не предусмотрено	
Внеаудиторная работа:		
консультация перед зачетом		
Внеаудиторная работа также включает индивидуальную работу обучающихся с преподавателем, групповые, индивидуальные консультации и иные виды учебной деятельности, преду-		

сматривающие групповую или индивидуальную работу обучающихся с преподавателем), творческую работу (эссе), рефераты, контрольные работы и др.		
Самостоятельная работа обучающихся (всего)	36	36
Контроль самостоятельной работы		
Вид промежуточной аттестации обучающегося (зачет / экзамен)	зачет	зачет

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

5.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

Для очной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
	Раздель1. Психология кризисной ситуации	**72**		**36**		**36**		
1.	Тема1. Психология кризисной ситуации	6		4		2	ПК-4	Устный опрос
2.	Тема 2. Психические состояния человека в кризисных условиях	8		4		4	ПК-4	Доклад с презентацией
3.	Тема 3. Посттравматическое стрессовое расстройство	8		4		4	ПК-4	Доклад
4.	Тема 4. Шоковая травма.	8		4		4	ПК-4	Блиц-опрос
5.	Тема 5. Суицидальное поведение	8		4		4	ПК-4	Тест
6.	Тема 6. Переживание утраты.	8		4		4	ПК-4	Реферат
7.	Тема 7. Способы и приемы психической саморегуляции.	8		4		4	ПК-4	Фронтальный опрос
8.	Тема 8. Активизация резервных возможностей личности	6		2		4	ПК-4	Доклад с презентацией
9.	Раздел 2. Понятие «экстремальная ситуация».							
10.	Тема9. Понятие «экстремальная ситуация». Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации	6		4		2	ПК-4	Реферат

11.	Тема 10. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности.	6		2		4	ПК-4	Тест
	Всего	**72**		**36**		**36**		

Для очно-заочной формы обучения

№ п/п	Раздел, тема дисциплины	Общая трудоемкость (в часах)	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)					
		всего	Аудиторные уч. занятия			Сам. работа	Планируемые результаты обучения	Формы текущего контроля
			Лек	Пр	Лаб			
	Раздель1. Психология кризисной ситуации	**72**		**36**		**36**		
12.	Тема1. Психология кризисной ситуации	6		4		2	ПК-4	Устный опрос
13.	Тема 2. Психические состояния человека в кризисных условиях	8		4		4	ПК-4	Доклад с презентацией
14.	Тема 3. Посттравматическое стрессовое расстройство	8		4		4	ПК-4	Доклад
15.	Тема 4. Шоковая травма.	8		4		4	ПК-4	Блиц-опрос
16.	Тема 5. Суицидальное поведение	8		4		4	ПК-4	Тест
17.	Тема 6. Переживание утраты.	8		4		4	ПК-4	Реферат
18.	Тема 7. Способы и приемы психической саморегуляции.	8		4		4	ПК-4	Фронтальный опрос
19.	Тема 8. Активизация резервных возможностей личности	6		2		4	ПК-4	Доклад с презентацией
20.	Раздел 2. Понятие «экстремальная ситуация».							
21.	Тема9. Понятие «экстремальная ситуация». Влияние экстремальных ситуаций на человека. Субъекты экстремальной ситуации	6		4		2	ПК-4	Реферат
22.	Тема 10. Факторы экстремальности и риска в трудовой деятельности.	6		2		4	ПК-4	Тест
	Всего	**72**		**36**		**36**		

5.2. Тематика лабораторных занятий

Учебным планом не предусмотрены

5.3. Примерная тематика курсовых работ

Учебным планом не предусмотрены

6. Образовательные технологии

При проведении учебных занятий по дисциплине используются традиционные и инновационные, в том числе информационные образовательные технологии, включая при необходимости применение активных и интерактивных методов обучения.

Традиционные образовательные технологии реализуются, преимущественно, в процессе лекционных и практических (семинарских, лабораторных) занятий. Инновационные образовательные технологии используются в процессе аудиторных занятий и самостоятельной работы студентов в виде применения активных и интерактивных методов обучения.

Информационные образовательные технологии реализуются в процессе использования электронно-библиотечных систем, электронных образовательных ресурсов и элементов электронного обучения в электронной информационно-образовательной среде для активизации учебного процесса и самостоятельной работы студентов.

Развитие у обучающихся навыков командной работы, межличностной коммуникации, принятия решений и лидерских качеств при проведении учебных занятий.

Практические (семинарские занятия относятся к интерактивным методам обучения и обладают значительными преимуществами по сравнению с традиционными методами обучения, главным недостатком которых является известная изначальная пассивность субъекта и объекта обучения).

Практические занятия могут проводиться в форме групповой дискуссии, «мозговой атаки», разборка кейсов, решения практических задач и др. Прежде, чем дать группе информацию, важно подготовить участников, активизировать их ментальные процессы, включить их внимание, развивать кооперацию и сотрудничество при принятии решений.

Методические рекомендации по проведению различных видов практических (семинарских) занятий.

1.Обсуждение в группах

Групповое обсуждение какого-либо вопроса направлено на нахождении истины или достижение лучшего взаимопонимания, Групповые обсуждения способствуют лучшему усвоению изучаемого материала.

На первом этапе группового обсуждения перед обучающимися ставится проблема, выделяется определенное время, в течение которого обучающиеся должны подготовить аргументированный развернутый ответ.

Преподаватель может устанавливать определенные правила проведения группового обсуждения:

-задавать определенные рамки обсуждения (например, указать не менее 5…. 10 ошибок);

-ввести алгоритм выработки общего мнения (решения);

-назначить модератора (ведущего), руководящего ходом группового обсуждения.

На втором этапе группового обсуждения вырабатывается групповое решение совместно с преподавателем (арбитром).

Разновидностью группового обсуждения является круглый стол, который проводится с целью поделиться проблемами, собственным видением вопроса, познакомиться с опытом, достижениями.

2.Публичная презентация проекта

Презентация – самый эффективный способ донесения важной информации как в разговоре «один на один», так и при публичных выступлениях. Слайд-презентации с использованием мультимедийного оборудования позволяют эффективно и наглядно представить содержание изучаемого материала, выделить и проиллюстрировать сообщение, которое

несет поучительную информацию, показать ее ключевые содержательные пункты. Использование интерактивных элементов позволяет усилить эффективность публичных выступлений.

3.Дискуссия

Как интерактивный метод обучения означает исследование или разбор. Образовательной дискуссией называется целенаправленное, коллективное обсуждение конкретной проблемы (ситуации), сопровождающейся обменом идеями, опытом, суждениями, мнениями в составе группы обучающихся.

Как правило, дискуссия обычно проходит три стадии: ориентация, оценка и консолидация. Последовательное рассмотрение каждой стадии позволяет выделить следующие их особенности.

Стадия ориентации предполагает адаптацию участников дискуссии к самой проблеме, друг другу, что позволяет сформулировать проблему, цели дискуссии; установить правила, регламент дискуссии.

В стадии оценки происходит выступление участников дискуссии, их ответы на возникающие вопросы, сбор максимального объема идей (знаний), предложений, пресечение преподавателем (арбитром) личных амбиций отклонений от темы дискуссии.

Стадия консолидации заключается в анализе результатов дискуссии, согласовании мнений и позиций, совместном формулировании решений и их принятии.

В зависимости от целей и задач занятия, возможно, использовать следующие виды дискуссий: классические дебаты, экспресс-дискуссия, текстовая дискуссия, проблемная дискуссия, ролевая (ситуационная) дискуссия.

7. Фонд оценочных средств для проведения текущего контроля и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине (модулю)

7.1. *Описание шкал оценивания степени сформированности компетенций*

Уровни сформированности компетенций	Индикаторы	Качественные критерии оценивание			
		2 балла	3 балла	4 балла	5 баллов
ПК-4					
Базовый	**Знать:** специфику, характеристики психологического эксперимента; эмпирические методы в психологии; математические основания обработки многомерных данных; типологию гипотез.	Фрагментарные знания специфики, характеристик психологического эксперимента; эмпирические методы в психологии; математические основания обработки многомерных данных; типологию гипотез методик.	Неполные знания специфики, характеристик психологического эксперимента; эмпирические методы в психологии; математические основания обработки многомерных данных; типологию гипотез методик.	Сформированные, но содержащие отдельные пробелы знания специфики, характеристик психологического эксперимента; эмпирические методы в психологии; математические основания обработки многомерных данных; типологию гипотез методик.	
	Уметь: обрабатывать и интерпретировать многомерные данные; разрабатывать экс-	Фрагментарное использование умений обрабатывать и интерпретировать многомерные данные;	В целом успешное, но не систематическое умение обрабатывать и интерпретировать многомерные	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы умение обрабатывать и интерпретировать	

	периментальные планы и процедуры; дифференцировать понятия внешней и внутренней валидности, анализировать угрозы валидности;	разрабатывать экспериментальные планы и процедуры; дифференцировать понятия внешней и внутренней валидности, анализировать угрозы валидности;	данные; разрабатывать экспериментальные планы и процедуры; дифференцировать понятия внешней и внутренней валидности, анализировать угрозы валидности;	многомерные данные; разрабатывать экспериментальные планы и процедуры; дифференцировать понятия внешней и внутренней валидности, анализировать угрозы валидности;	
	Владеть: навыками работы и применения компьютерными технологиями обработки многомерных данных; методологией психологического эксперимента методами беседы, наблюдения; методом анкетирования, социометрическим методом; количественной и качественной интерпретацией эмпирического материала исследований.	Фрагментарное использование навыков работы и применения компьютерными технологиями обработки многомерных данных; методологией психологического эксперимента методами беседы, наблюдения; методом анкетирования, социометрическим методом; количественной и качественной интерпретацией эмпирического материала исследований.	В целом успешное, но не систематическое владение навыками работы и применения компьютерными технологиями обработки многомерных данных; методологией психологического эксперимента методами беседы, наблюдения; методом анкетирования, социометрическим методом; количественной и качественной интерпретацией эмпирического материала исследований.	В целом успешное, но содержащее отдельные пробелы навыков работы и применения компьютерными технологиями обработки многомерных данных; методологией психологического эксперимента методами беседы, наблюдения; методом анкетирования, социометрическим методом; количественной и качественной интерпретацией эмпирического материала исследований.	
Повышенный	**Знать:** специфику, характеристики психологического эксперимента; эмпирические методы в психологии; математические основания обработки многомерных данных; типологию гипотез.				В полном объеме сформированные знания специфики, характеристик психологического эксперимента; эмпирические методы в психологии; математические основания обработки многомерных данных; типологию гипотез методик. .

	Уметь: обрабатывать и интерпретировать многомерные данные; разрабатывать экспериментальные планы и процедуры; дифференцировать понятия внешней и внутренней валидности, анализировать угрозы валидности;				Сформированное умение обрабатывать и интерпретировать многомерные данные; разрабатывать экспериментальные планы и процедуры; дифференцировать понятия внешней и внутренней валидности, анализировать угрозы валидности;
	Владеть: навыками работы и применения компьютерными технологиями обработки многомерных данных; методологией психологического эксперимента методами беседы, наблюдения; методом анкетирования, социометрическим методом; количественной и качественной интерпретацией эмпирического материала исследований.				В полном объеме владеет практическими навыками работы и применения компьютерными технологиями обработки многомерных данных; методологией психологического эксперимента методами беседы, наблюдения; методом анкетирования, социометрическим методом; количественной и качественной интерпретацией эмпирического материала исследований.

7.2.Типовые контрольные задания или иные учебно-методические материалы, необходимые для оценивания степени сформированности компетенций в процессе освоения учебной дисциплины

7.2.1. Типовые темы к письменным работам, докладам и выступлениям:

1. Понятие психологической безопасности.
2. Основные пути выработки психологической устойчивости.
3. Типы психофизиологических реакций человека на чрезвычайную ситуацию.
4. Психологическая помощь в преодолении кризисных ситуаций.
5. Горе. Этапы переживания горя.
6. Роль социальной среды в формировании личности склонной ксуициду.
7. Методы диагностики лиц с психологическими отклонениями.
8. Приёмы и методы ведения переговоров с лицами, предпринимающими попытку суицида.

9.Методы психологической саморегуляции.
10. Инструмент повышения психологической устойчивости.
11. Способы и расширения адаптационных возможностей личности.
12. Психологические методы мобилизации в экстремальных ситуациях.
13. Психология поведения человека в экстремальных ситуациях.
14. Проблема суицида в современном обществе.
15. Причины суицида среди подростков.
16. Проблема психологической устойчивости к психологической агрессии.
17. Психологическая помощь взрослому и ребенку при насилии связанном с угрозой для жизни
18.Психологическая помощь пострадавшим от сексуального насилия.
19. Психологическая помощь взрослому и ребенку при переживании горя.
20.Типы психофизиологических реакций человека на чрезвычайную ситуацию.
21. Качества личности, обеспечивающие психологическую защищенность.
22. Психологические методы мобилизации в экстремальных ситуациях.
23. Психологическая помощь при бреде и галлюцинациях.
24. Этапы переживания горя.
25. Методы профилактики эмоционального состояния человека, попавшего в экстремальную ситуацию.

Критерии оценки доклада, сообщения, реферата:

Отметка «отлично» за письменную работу, реферат, сообщение ставится, если изложенный в докладе материал:

- отличается глубиной и содержательностью, соответствует заявленной теме;
- четко структурирован, с выделением основных моментов;
- доклад сделан кратко, четко, с выделением основных данных;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы.

Отметка «хорошо» ставится, если изложенный в докладе материал:

- характеризуется достаточным содержательным уровнем, но отличается недостаточной структурированностью;
- доклад длинный, не вполне четкий;
- на вопросы по теме доклада получены полные исчерпывающие ответы только после наводящих вопросов, или не на все вопросы.

Отметка «удовлетворительно» ставится, если изложенный в докладе материал:

- недостаточно раскрыт, носит фрагментарный характер, слабо структурирован;
- докладчик слабо ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по теме доклада не были получены ответы или они не были правильными.

Отметка «неудовлетворительно» ставится, если:

- доклад не сделан;
- докладчик не ориентируется в излагаемом материале;
- на вопросы по выполненной работе не были получены ответы или они не были правильными.

7.2.2. Примерные вопросы к промежуточной аттестации (зачет)

1. Понятие «экстремальная ситуация»: природа возникновения, психологические реакции человека
2. Понятие «кризис»: природа возникновения, психологические реакции человека
3. Переживание как процесс преодоления кризиса: сущность, типы
4. Стадии кризиса
5. Эмоциональное состояние человека в период кризиса
6. Гендерные особенности протекания кризиса

7. Типы ситуационных реакций на стресс
8. Детерминанты ситуационных реакций на стресс
9. Типы жизненных кризисов
10. Возрастные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса
11. Профессиональные кризисы: этапы, особенности протекания, нарушения протекания кризиса
12. Потеря близкого человека, утрата
13. Работа горя (Эрик Линдеманн): стадии и особенности поддержки на каждом этапе
14. «Застревающие» реакции утраты
15. Формы осложненного горя
16. Семейные кризисы и развод как утрата семьи
17. Известие об измене или разводе: восприятие супругом, череда развития реакции
18. Типы реакции детей на развод
19. Болезнь как потеря здоровья, структура внутренней картины болезни (уровни)
20. Типы отношения к болезни (Н.Я. Иванов)
21. Детерминанты формирования внутренней картины болезни
22. Возраст, его значение в болезни
23. Темперамент, его значение в болезни
24. Характер и шкала ценностей, их значение в болезни
25. Социальное положение больного, его значение в болезни
26. Эмоциональная реакция на болезнь
27. Болевой синдром
28. Госпитализация
29. Дети и болезнь
30. Отношение врача к больному
31. Отношение человека к своей болезни
32. Определение секты. Критерии деструктивности секты.
33. Сектантизм как покушение на свободу личности. Понятие свободы.
34. Втягивание в секту. Этапы и особенности.
35. Уязвимость человека к попаданию в секту
36. Жизнь в секте как утрата личной свободы: психологическое состояние человека, вовлеченного в секту.
37. Террор и терроризм. Сущность и точки зрения.
38. Базовые качества личности террориста.
39. Типы современного терроризма: националистический, религиозный, государственный, терроризм
левых экстремистов, терроризм правых экстремистов.
40. Психологические реакции и поведение человека и групп людей в ЧС.
41. Психологические последствия терроризма.
42. Тюремный синдром, комплекс психических состояний, развивающихся в местах лишения свободы. Понятие свободы.
43. Процесс адаптации заключенных, особенности реакций, сновные фазы.
44. Фобии заключенного. Динамика личности заключенного во время его пребывания в ИТУ.
45. Методы самотерапии заключенного.
46. Потеря работы, психологическое состояние человека.
47. Перевод, увольнение, сокращение. Особенности протекания.
48. Способы преодоление профессионального кризиса.
49. Катастрофы и ЧС как причины психологической травмы.
50. Война как источник травмы.
51. ПТСР: сущность, особенности протекания.
52. Насилие как причина психологической травмы.

53. Мифы и реальность о насилии в семье.
54. Типы жестокого обращения с детьми.
55. Сексуальное насилие как причина жизненной травмы. Особенности протекания травмированного состояния у мужин, у женщин, у детей.
56. Конструктивный выход из кризиса.
57. Суицид как деструктивный способ выхода из кризиса: мотивация, личность самоубийцы.
58. Виды суицидального поведения.
59. Демонстративный суицид сущность, особенности протекания.
60. Истинный суицид: сущность, особенности протекания.

Критерии оценки устного ответа на вопросы по дисциплине «Психология экстремальных ситуаций и состояний»:

✓ 5 баллов - если ответ показывает глубокое и систематическое знание всего программного материала и структуры конкретного вопроса, а также основного содержания и новаций лекционного курса по сравнению с учебной литературой. Студент демонстрирует отчетливое и свободное владение концептуально-понятийным аппаратом, научным языком и терминологией соответствующей научной области. Знание основной литературы и знакомство с дополнительно рекомендованной литературой. Логически корректное и убедительное изложение ответа.

✓ 4 - балла - знание узловых проблем программы и основного содержания лекционного курса; умение пользоваться концептуально-понятийным аппаратом в процессе анализа основных проблем в рамках данной темы; знание важнейших работ из списка рекомендованной литературы. В целом логически корректное, но не всегда точное и аргументированное изложение ответа.

✓ 3 балла – фрагментарные, поверхностные знания важнейших разделов программы и содержания лекционного курса; затруднения с использованием научно-понятийного аппарата и терминологии учебной дисциплины; неполное знакомство с рекомендованной литературой; частичные затруднения с выполнением предусмотренных программой заданий; стремление логически определенно и последовательно изложить ответ.

✓ 2 балла – незнание, либо отрывочное представление о данной проблеме в рамках учебно-программного материала; неумение использовать понятийный аппарат; отсутствие логической связи в ответе.

7.2.3. Тестовые задания для проверки знаний студентов

Типовое контрольное задание: тест№1

1. Что из перечисленного является отклоняющимся поведением:
А) курение табака,
Б) убийство,
В) супружеская измена.
Г) ложь,
Д) вооруженный грабеж,
Е) уход в секту,
Ж) изнуряющее голодание с целью коррекции фигуры.
2. Выберите правильно перечисленные основные свойства социальной нормы:
А) субъективность, историчность, универсальность, схематичность, безусловность.
Б) объективность, историчность, универсальность, схематичность, условность.
В) объективность, историчность, универсальность, схематичность, безусловность.
3. Сопоставьте наименования групп отклоняющегося поведения и их

определения:
1) антисоциальное (делинквентное) поведение
А) поведение, уклоняющееся от выполнения морально-нравственных норм, непосредственно угрожающее благополучию межличностных отношений.
2) асоциальное поведение Б) поведение, отклоняющееся от медицинских и психологических норм, угрожающее целостности и развитию самой личности.
3) аутодеструктивное (саморазрушительное) поведение
В) поведение, противоречащее правовым нормам, угрожающее социальному порядку и благополучию окружающих людей.
4. Одна из форм отклоняющегося поведения личности, связанная со злоупотреблением чем-то или кем-то в целях саморегуляции или адаптации –это…
А) аутодеструктивное поведение;
Б) делинквентное поведение;
В) конформистское поведение;
Г) зависимое поведение.
5. Расположите фазы одного цикла зависимого поведения в правильном порядке:
А) ожидание и активный поиск объекта аддикции;
Б) расслабление;
В) фаза ремиссии (относительного покоя);
Г) наличие внутренней готовности к аддиктивному поведению;
Д) получение объекта и достижение специфических переживаний;
Е) усиление желания и напряжения.

Типовое контрольное задание: тест№2

1. Система поступков или отдельные поступки, противоречащих принятым в обществе нормам и проявляющихся в виде несбалансированности психических процессов, неадаптивности, нарушении процесса самоактуализации или в виде уклонения от нравственного и эстетического контроля за собственным поведением называется:
А) криминальным поведением;
Б) аддиктивным поведением;
В) делинквентным поведением;
Г) патохарактерологическим поведением;
Д) девиантным поведением.
2. Выделяют все нижеследующие виды нарушения взаимодействие индивида с реальностью за исключением:
А) приспособление;
Б) противостояние;
В) болезненное противостояние;
Г) уход;
Д) игнорирование.
3. Признаками психической патологии и психопатологическими расстройствами обусловлен следующий вид нарушения взаимодействия с реальностью:
А) приспособление;
Б) противостояние;
В) болезненное противостояние;
Г) уход;
Д) игнорирование.
4. Выделяются все нижеследующие типы девиантного поведения за исключением:
А) криминального;
Б) делинквентного;
В) аддиктивного;
Г) на базе гиперспособностей;

Д) психопатологического.
5. Основой для диагностики делинквентного поведения являются:
А) перверсии;
Б) девиации;
В) проступки;
Г) преступления.

Типовое контрольное задание: тест№3

1. Одна из форм девиантного (отклоняющегося) поведения с формированием стремления к уходу от реальности путем искусственного изменения своего психического состояния называется:
А) криминальной;
Б) делинквентной;
В) аддиктивной;
Г) патохарактерологической;
Д) психопатологической.
2. Психологическим антиподом аддиктивной личности выступает:
А) гармоничный человек;
Б) обыватель;
В) человек с гиперспособностями;
Г) преступник;
Д) психически больной.
3. Феномен «жажды острых ощущений» является типичным для:
А) криминального поведения;
Б) аддиктивного поведения;
В) делинквентного поведения;
Г) патохарактерологического поведения;
Д) психопатологического поведения.
4. По мнению Н.Пезешкиана, существуют все нижеследующие типы «бегства от реальности» за исключением:
А) бегства в тело;
Б) бегства в фантазии;
В) бегства в контакты и одиночество;
Г) бегства в сексуальность;
Д) бегства в работу.
5. Суицидальное поведение, связанное с кризисными ситуациями в жизни и личными трагедиями, называется:
А) психогенным;
Б) эгоистическим;
В) альтруистическим;
Г) дистимическим;
Д) анемическим.

Типовое контрольное задание: тест№4

1. Аддиктивные парасуицидальные попытки совершаются с целью:
А) привлечения внимания к собственной персоне;
Б) вывести себя из состояния безэмоциональности и скуки;
В) безболезненно уйти из жизни;
Г) уйти из жизни при тайных обстоятельствах;
Д) уйти из жизни ради блага человечества.
2. Стремление применения опьяняющих веществ с- целью смягчения или устранения явлений эмоционального дискомфорта называется:
А) гедонистической мотивацией;
Б) атарактической мотивацией;

В) псевдокультурной мотивацией;
Г) субмиссивной мотивацией;
Д) мотивацией с гиперактивацией поведения.
3. Увлеченность азартными играми называется:
А) трудоголизмом;
Б) фетишизмом;
В) картингом;
Г) серфингом;
Д) гэмблингом.
4. «Паранойя здоровья» — это:
А) сверхценное увлечение сыроедением;
Б) сверхценное увлечение голоданием;
В) сверхценное увлечение оздоровительными процедурами;
Г) сверхценное увлечение спортом;
Д) все ответы верны
5. Человек с повышенным чувством справедливости, желающий добиться правды даже в мелочах, однако не соизмеряющий реально негативные факты и способ борьбы с ними называется:
А) параноиком;
Б) кверулянтом;
В) дипсоманом;
Г) ипохрндриком;
Д) псевдологом .

Методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний

Ключи к тестовым заданиям.

Шкала оценивания *(за правильный ответ дается 1 балл)*

«неудовлетворительно» – 50% и менее

«удовлетворительно» – 51-80%

«хорошо» – 81-90%

«отлично» – 91-100%

Критерии оценки тестового материала по дисциплине

«Психология экстремальных ситуаций и состояний»:

✓ 5 баллов - выставляется студенту, если выполнены все задания варианта, продемонстрировано знание фактического материала (базовых понятий, алгоритма, факта).

✓ 4 балла - работа выполнена вполне квалифицированно в необходимом объёме; имеются незначительные методические недочёты и дидактические ошибки. Продемонстрировано умение правильно использовать специальные термины и понятия, узнавание объектов изучения в рамках определенного раздела дисциплины; понятен творческий уровень и аргументация собственной точки зрения

✓ 3 балла – продемонстрировано умение синтезировать, анализировать, обобщать фактический и теоретический материал с формулированием конкретных выводов, установлением причинно-следственных связей в рамках определенного раздела дисциплины;

✓ 2 балла - работа выполнена на неудовлетворительном уровне; не в полном объёме, требует доработки и исправлений и исправлений более чем половины объема.

7.2.4. Балльно-рейтинговая система оценки знаний бакалавров

Согласно Положения о балльно-рейтинговой системе оценки знаний бакалавров баллы выставляются в соответствующих графах журнала (см. «Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы») в следующем порядке:

«Посещение» - 2 балла за присутствие на занятии без замечаний со стороны преподавателя; 1 балл за опоздание или иное незначительное нарушение дисциплины; 0 баллов

за пропуск одного занятия (вне зависимости от уважительности пропуска) или опоздание более чем на 15 минут или иное нарушение дисциплины.

«Активность» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем за демонстрацию студентом знаний во время занятия письменно или устно, за подготовку домашнего задания, участие в дискуссии на заданную тему и т.д., то есть за работу на занятии. При этом преподаватель должен опросить не менее 25% из числа студентов, присутствующих на практическом занятии.

«Контрольная работа» или «тестирование» - от 0 до 5 баллов выставляется преподавателем по результатам контрольной работы или тестирования группы, проведенных во внеаудиторное время. Предполагается, что преподаватель по согласованию с деканатом проводит подобные мероприятия по выявлению остаточных знаний студентов не реже одного раза на каждые 36 часов аудиторного времени.

«Отработка» - от 0 до 2 баллов выставляется за отработку каждого пропущенного лекционного занятия и от 0 до 4 баллов может быть поставлено преподавателем за отработку студентом пропуска одного практического занятия или практикума. За один раз можно отработать не более шести пропусков (т.е., студенту выставляется не более 18 баллов, если все пропущенные шесть занятий являлись практическими) вне зависимости от уважительности пропусков занятий.

«Пропуски в часах всего» - количество пропущенных занятий за отчетный период умножается на два (1 занятие=2 часам) (заполняется делопроизводителем деканата).

«Пропуски по неуважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Попуски по уважительной причине» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Корректировка баллов за пропуски» - графа заполняется делопроизводителем деканата.

«Итого баллов за отчетный период» - сумма всех выставленных баллов за данный период (графа заполняется делопроизводителем деканата).

Таблица перевода балльно-рейтинговых показателей в отметки традиционной системы оценивания

Соотношение часов лекционных и практических занятий	0/2	1/3	1/2	2/3	1/1	3/2	2/1	3/1	2/0	Соответствие отметки коэффициенту
Коэффициент соответствия балльных показателей традиционной отметке	1,5	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	1,1	«зачтено»
	1	1	1	1	1	1	1	1	1	«удовлетворительно»
	2	1,75	1,65	1,6	1,5	1,4	1,35	1,25	-	«хорошо»
	3	2,5	2,3	2,2	2	1,8	1,7	1,5	-	«отлично»

Необходимое количество баллов для выставления отметок («зачтено», «удовлетворительно», «хорошо», «отлично») определяется произведением реально проведенных аудиторных часов (n) за отчетный период на коэффициент соответствия в зависимости от соотношения часов лекционных и практических занятий согласно приведенной таблице.

«Журнал учета балльно-рейтинговых показателей студенческой группы» заполняется преподавателем на каждом занятии.

В случае болезни или другой уважительной причины отсутствия студента на занятиях, ему предоставляется право отработать занятия по индивидуальному графику.

Студенту, набравшему количество баллов менее определенного порогового уровня, выставляется оценка "неудовлетворительно" или "не зачтено". Порядок ликвидации задолженностей и прохождения дальнейшего обучения регулируется на основе действующего законодательства РФ и локальных актов КЧГУ.

Текущий контроль по лекционному материалу проводит лектор, по практическим занятиям – преподаватель, проводивший эти занятия. Контроль может проводиться и совместно.

8.Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины. Информационное обеспечение образовательного процесса

8.1. Основная литература:

1. Башкирева, А. В. Психология здоровья: некоторые аспекты проблем : монография / А. В. Башкирева; Рязанский государственный университет имени С. А. Есенина . - Рязань : РГУ имени С.А.Есенина, 2018. - 168 с. - ISBN 978-5-906987-46-4.- URL: https://e.lanbook.com/book/164466 - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
2.Пономарева, И.М. Работа психолога в кризисных службах : учебное пособие / И.М. Пономарева. - Санкт-Петербург : Санкт-Петербургский государственный институт психологии и социальной работы, 2014 - 198 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-98238-049-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: http://biblioclub.ru/index.php page=book&id=277347- Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
3. Васильева О.С. Психология и культура здоровья: базовые понятия, концепции и подходы: учебное пособие / О. С. Васильева, Ф.Р. Филатов. - Ростов-на-Дону: Издательство ЮФУ, 2011. - 176 с. ISBN 978-5-9275-0849-5. - URL: https://new.znanium.com/catalog/product/550337 - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

8.2. Дополнительная литература:

1. Иванова, М. Г. Практические аспекты психологии здоровья: учебное пособие / М. Г. Иванова; Кемеровский государственный университет. — Кемерово : КемГУ, 2012. - 47 с. - ISBN 978-5-8353-1334-1. - URL: https://e.lanbook.com/book/61415 - Режим доступа: для авториз. пользователей. - Текст: электронный.
2. Правдина, Л. Р. Психология профессионального здоровья: Учебное пособие / Правдина Л. Р.; Южный федеральный университет. - Ростов-на-Дону : ЮФУ, 2016. - 208 с. - ISBN 978-5-9275-2302-3. - URL: https: //new.znanium.com/catalog/product/991809 - Режим доступа: по подписке. - Текст: электронный.

9. Методические указания для обучающихся по освоению учебной дисциплины (модуля)

Вид учебных занятий	Организация деятельности студента
Лекция	Написание конспекта лекций: краткое, схематичное, последовательное фиксирование основных положений, выводов, формулировок, обобщений; выделение ключевых слов, терминов. Проверка терминов, понятий с помощью энциклопедий, словарей, справочников с выписыванием толкований в тетрадь. Обозначение вопросы, терминов, материала, вызывающего трудности. Если самостоятельно не удается разобраться в материале, необходимо сформулировать вопрос и задать преподавателю на консультации, на практическом занятии.
Практические занятия	Конспектирование источников. Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам, просмотр рекомендуемой литературы, работа с текстом
Контрольная работа/ индивидуальные задания	Знакомство с основной и дополнительной литературой, включая справочные издания, зарубежные источники, конспект основных положений, терминов, сведений, требующих для запоминания и являющихся основополагающими в этой теме. Составление аннотаций к прочитанным литературным источникам и др.

Реферат	Реферат: Поиск литературы и составление библиографии, использование от 3 до 5 научных работ, изложение мнения авторов и своего суждения по выбранному вопросу; изложение основных аспектов проблемы. Ознакомиться со структурой и оформлением реферата.
Коллоквиум	Работа с конспектом лекций, подготовка ответов к контрольным вопросам и др.
Самостоятельная работа	Проработка учебного материала занятий лекционного и семинарского типа. Изучение нового материала до его изложения на занятиях. Поиск, изучение и презентация информации по заданной теме, анализ научных источников. Самостоятельное изучение отдельных вопросов тем дисциплины, не рассматриваемых на занятиях лекционного и семинарского типа. Подготовка к текущему контролю, к промежуточной аттестации.
Подготовка к зачету	При подготовке к зачету необходимо ориентироваться на конспекты лекций, рекомендуемую литературу и др.

10. Требования к условиям реализации рабочей программы дисциплины (модуля)

10.1. Общесистемные требования

Каждый обучающийся в течение всего периода обучения обеспечен индивидуальным неограниченным доступом к электронной информационно-образовательной среде (ЭИОС) Университета из любой точки, в которой имеется доступ к информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», как на территории Университета, так и вне ее.

Функционирование ЭИОС обеспечивается соответствующими средствами информационно-коммуникационных технологий и квалификацией работников, ее использующих и поддерживающих. Функционирование ЭИОС соответствует законодательству Российской Федерации.

Адрес официального сайта университета: http://kchgu.ru.

Адрес размещения ЭИОС ФГБОУ ВО «КЧГУ»: https://do.kchgu.ru.

Электронно-библиотечные системы (электронные библиотеки)

Учебный год	Наименование документа с указанием реквизитов	Срок действия документа
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система ООО «Знаниум». Договор № 332 эбс от 02.06.2026 г. Электронный адрес: https://znanium.com	от 12.05.2026г. до 11.05.2027г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система «Лань». Договор № 10 от 11.02.2025 г. Электронный адрес: https://e.lanbook.com	от 11.02.2025г. до 11.02.2026г.
2026-2027 учебный год	Электронно-библиотечная система КЧГУ. Положение об ЭБ утверждено Ученым советом от 30.09.2015г. Протокол № 1. Электронный адрес: http://lib.kchgu.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Национальная электронная библиотека (НЭБ). Договор №101/НЭБ/1391-п от 22. 02. 2023 г. Электронный адрес: http://rusneb.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Научная электронная библиотека «ELIBRARY.RU». Лицензионное соглашение №15646 от 21.10.2016 г. Электронный адрес: http://elibrary.ru	Бессрочный
2026-2027 учебный год	Электронный ресурс Polpred.comОбзор СМИ. Соглашение. Бесплатно. Электронный адрес: http://polpred.com	Бессрочный

10.2. Материально-техническое и учебно-методическое обеспечение дисциплины

При необходимости для проведения занятий используется аудитория, оборудованная компьютером с доступом к сети Интернет с установленным на нем необходимым программным обеспечением и браузером, проектор (интерактивная доска) для демонстрации презентаций и мультимедийного материала. В соответствии с содержанием лекционных, практических (лабораторных) занятий при их проведении используется аудитория, рабочие места обучающихся в которой оснащены компьютерной техникой, имеют широкополосный доступ в сеть Интернет и программное обеспечение, соответствующее решаемым задачам. Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

Для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, курсового проектирования (выполнения курсовых работ), групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, для организации и проведения практической деятельности, научно-исследовательской работы используется **учебная аудитория №406, учебный корпус №4.**

Специализированная мебель: столы ученические, стулья, доска, стол-тумба, трибуна.

Технические средства обучения:

- телевизор LG, персональный компьютер с подключением к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду университета.

Рабочие места для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с подключением к сети Интернет и обеспечены доступом в электронную информационно-образовательную среду университета.

10.3. Необходимый комплект лицензионного программного обеспечения

1. Microsoft Windows (Лицензия № 60290784), бессрочная.
2. Microsoft Office (Лицензия № 60127446), бессрочная.
3. ABBY Fine Reader (лицензия № FCRP-1100-1002-3937), бессрочная.
4. Calculate Linux (внесён в ЕРРП Приказом Минкомсвязи №665 от 30.11.2018-2020), бессрочная.
5. Google G Suite for Education (IC: 01i1p5u8), бессрочная.
6. Kaspersky Endpoint Security. Договор №0379400000325000001/1 от 28.02.2025г. Срок действия лицензии с 27.02.2025г. по 07.03.2027г.

10.4. Современные профессиональные базы данных и информационные справочные системы

1. Федеральный портал «Российское образование»- https://edu.ru/documents/
2. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru/
3. Базы данных Scopus издательства Elsevirhttp://www.scopus.com/search/form.uri?display=basic.
4. Портал Федеральных государственных образовательных стандартов высшего образования - http://fgosvo.ru.
5. Федеральный центр информационно-образовательных ресурсов (ФЦИОР) –http://edu.ru.
6. Единая коллекция цифровых образовательных ресурсов (Единая коллекция ЦОР) – http://school-collection.edu.ru.
7. Информационная система «Единое окно доступа к образовательным ресурсам» (ИС «Единое окно») – http://window/edu.ru.

11.Особенности реализации дисциплины для инвалидов и лиц с ограниченными возможностями здоровья

В ФГБОУ ВО «Карачаево-Черкесский государственный университет имени У.Д. Алиева» созданы условия для получения высшего образования по образовательным программам обучающихся с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ).

Специальные условия для получения образования по ОПВО обучающимися с ограниченными возможностями здоровья определены «Положением об обучении лиц с ОВЗ *в КЧГУ*», размещенным на сайте Университета по адресу: http://kchgu.ru.

12. Лист регистрации изменений

Изменение	**Дата и номер протокола ученого совета факультета/ института, на котором были рассмотрены вопросы о необходимости внесения изменений в ОПВО**	**Дата и номер протокола ученого совета Университета, на котором были утверждены изменения в ОПВО**
Обновлен договор №332 эбс ООО «Знаниум» от 02.06.2026г. Действует с 02.06.2026г. до 11.06.2027г.		03.06.2026г., протокол № 8