

Документ подписан простой электронной подписью

Информация о владельце:

ФИО: Палиева Надежда Анисовна

Должность: и.о. декана психолого-педагогического факультета

Дата подписания: 03.06.2026 16:34:53

Уникальный программный ключ:

c45abce04df3131d28edca0bf10941b11598d6f1

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего
образования
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

УТВЕРЖДАЮ

Декан психолого-педагогического факультета

д.п.н., доцент Палиева Н.А.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

Экстремальная психология

Специальность

Специализация

Год начала обучения

Форма обучения

Реализуется в семестре

37.05.02 Психология служебной деятельности

Психологическое обеспечение коммуникаций в
служебной деятельности

2026

очная

5

Разработано

Заведующий кафедрой общей психологии и
психологии личности

д.псих.н., доцент Белашева И.В.

Доцент кафедры общей психологии
и психологии личности

к.псих.н., доцент Польшакова И.Н.

Ставрополь 2026 г.

1. Цель и задачи освоения дисциплины (модуля)

Цель освоения дисциплины «Экстремальная психология»: изучение теоретических подходов к определению экстремальности как психологического феномена, основных психологических составляющих экстремальной ситуации, а также методов работы с людьми, пережившими экстремальную ситуацию.

Задачи освоения дисциплины «Экстремальная психология»:

- формирование представлений о теоретико-методологических основах экстремальной психологии;
- ознакомление с основными направлениями исследований и психологическими категориями экстремальной психологии;
- ознакомление с закономерностями развития психогенных реакций и расстройств в экстремальных ситуациях;
- формирование представлений об основных направлениях и содержании психологической помощи в экстремальных ситуациях;
- формирование установок, направленных на продуктивное преодоление проблем профессионального здоровья специалистов, работающих в экстремальных условиях.

2. Место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Дисциплина «Экстремальная психология» относится к дисциплинам обязательной части

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

Код, формулировка компетенции	Код, формулировка индикатора	Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю), характеризующие этапы формирования компетенций, индикаторов
УК-8 Способен создавать и поддерживать безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов	ИД-1УК-8 - знаком с общей характеристикой обеспечения безопасности и устойчивого развития в различных сферах жизнедеятельности; классификацией чрезвычайных ситуаций военного характера, принципами и способами организации защиты населения от опасностей, возникающих в мирное время и при ведении военных действий ИД-2УК-8 - оценивает вероятность возникновения потенциальной опасности в повседневной жизни и профессиональной деятельности и принимает меры по ее предупреждению ИД-3УК-8 - применяет основные методы защиты при угрозе и	1. идентифицирует опасные и вредные факторы в рамках осуществляемой деятельности 2. оценивает параметры среды с точки зрения их соответствия критериям психологической безопасности 3. выделяет факторы риска развития психогенных реакций и расстройств в кризисной/чрезвычайной ситуации соблюдает и разъясняет правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения

	возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов в повседневной жизни и профессиональной деятельности	
ОПК-10 Способен применять методы психологической поддержки и сопровождения сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц в ходе выполнения задач служебной деятельности, в том числе в экстремальных условиях	ИД-1 _{ОПК-10} – планирует профессионально-психологическую деятельность по поддержке и сопровождению сотрудников, военнослужащих и (или) иных лиц в ходе выполнения задач служебной деятельности, в том числе в экстремальных условиях	1. подбирает адекватные методы психологического сопровождения и психокоррекционной работы в соответствии с особенностями личности и социально-психологических характеристик групп, оказавшихся в кризисной/чрезвычайной ситуации 2. прогнозирует изменения и динамику уровня развития и функционирования различных составляющих психики в норме и при психических отклонениях при воздействии экстремальных факторов
ОПК-11 Способен проводить работу по психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы, осуществлять комплекс мер по социально-психологической реадaptации	ИД-1 _{ОПК-11} - планирует и осуществляет программу системных мероприятий по психологической поддержке и реабилитации лиц с психической травмой	1. обосновывает методы и приемы психологической реабилитации лиц, получивших психические травмы 2. выбирает меры по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и (или)

сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях		отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях
	ИД-2ОПК-11 - разрабатывает и осуществляет комплекс мер по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях	1. разрабатывает программы психологической помощи пострадавшим в кризисной/чрезвычайной ситуации с учетом их социально-психологических характеристик, а также преодоления социальных стереотипов и формирования толерантности для специалистов помогающих профессий 2. разрабатывает программы по социально-психологической реадaptации сотрудников, военнослужащих и (или) отдельных лиц, действовавших в экстремальных условиях 3. профессионально воздействует на уровень развития и особенности познавательной и личностной сферы с целью гармонизации психического функционирования человека в целях профилактики кризисных и экстремальных состояний

4. Объем учебной дисциплины (модуля) и формы контроля *

Объем занятий: всего: 4 з.е. 144 акад.ч.	ОФО, в акад. часах
Контактная работа:	72
Лекции/из них практическая подготовка	36
Лабораторных работ/из них практическая подготовка	-
Практических занятий/из них практическая подготовка	36
Самостоятельная работа	36
Формы контроля	36
Экзамен	

* Дисциплина (модуль) предусматривает применение электронного обучения, дистанционных образовательных технологий

5. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием количества часов и видов занятий

5.1. Тематический план дисциплины (модуля)

№	Раздел (тема) дисциплины	Реализуемые компетенции, индикаторы	Контактная работа обучающихся с преподавателем, часов				Самостоятельная работа, часов	Формы текущего контроля успеваемости
			Лекции	Практические занятия	Лабораторные работы	Групповые консультации		
1.	Общее представление о предмете экстремальной психологии 1. Общая характеристика экстремальной психологии как области науки и практики 2. Теоретический и практический аспекты экстремальной психологии. 3. История развития экстремальной психологии 4. Категориальный аппарат экстремальной психологии	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
2.	Психология жизненных ситуаций 1. Жизненная ситуация: определение и основные подходы 2. Ситуации обыденной (повседневной) жизни	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
3.	Психология жизненных ситуаций 1. Характеристика трудных жизненных ситуаций 2. Классификация трудных жизненных ситуаций	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
4.	Психологические особенности экстремальных ситуаций 1. Характеристика экстремальных ситуаций 2. Классификация экстремальных ситуаций	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
5.	Психологические особенности экстремальных ситуаций	УК-8 ОПК-10	2	2			2	собеседование

	1. Субъекты экстремальных ситуаций 2. Влияние экстремальных ситуаций на человека	ОПК-11						
6.	Экстремальные состояния 1. Общее представление об экстремальных состояниях 2. Динамика экстремальных состояний	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
7.	Экстремальные состояния 1. Основные характеристики экстремальных состояний 2. Специфические виды экстремальных состояний	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
8.	Понятие кризиса. Типы переживаний в кризисной ситуации 1. Кризис как психологическое последствие трудных и экстремальных ситуаций. Критерии кризисного состояния 2. Понятие о поражающих факторах в кризисной (психотравмирующей) ситуации. Виды факторов 3. Типы и виды кризисных состояний	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
9.	Понятие кризиса. Типы переживаний в кризисной ситуации 1. Стадии развития кризисного состояния 2. Переживание как преодоление критической ситуации. Типы переживаний в кризисной ситуации. 3. Клиническая и психологическая теории кризиса и кризисного состояния	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
10.	Посттравматическое стрессовое расстройство 1. Травматический стресс. Психическая травма 2. Понятие и история изучения посттравматического стрессового расстройства (ПТСР). Формы ПТСР. 3. Теоретические модели ПТСР	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
11.	Посттравматическое стрессовое расстройство 1. Причины и факторы риска развития ПТСР	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование

	2. Первичные симптомы и диагностические критерии ПТСР							
12.	Психология горя. Переживание утраты 1. Понятие горя и горевания 2. Теории горя и горевания 3. Горе как следствие утраты. Типология утрат	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
13.	Психология горя. Переживание утраты 1. Патологическое горе. Формы осложненного синдрома потери. 2. Динамика процесса горевания 3. Задачи горя	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
14.	Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования 1. Общая характеристика суицидального поведения 2. Типология суицидов 3. Этапы суицидального поведения	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
15.	Суицидальное поведение как форма кризисного реагирования 1. Мотивация суицидального поведения 2. Факторы суицидального риска 3. Индикаторы суицидального риска	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
16.	Психологическая помощь в экстремальных ситуациях 1. Общее представление об экстренной психологической помощи 2. Принципы оказания экстренной психологической помощи в условиях чрезвычайных и экстремальных ситуаций 3. Организационные аспекты оказания экстренной психологической помощи	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
17.	Психологическая помощь в экстремальных ситуациях 1. Правила оказания экстренной психологической помощи 2. Методы оказания	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование

	психологической помощи в кризисных и экстремальных ситуациях							
18.	Психологическое сопровождение личности в кризисных и экстремальных ситуациях 1. Кризисная психологическая помощь 2. Механизм психологической помощи при кризисе 3. Этапы кризисного консультирования	УК-8 ОПК-10 ОПК-11	2	2			2	собеседование
	ИТОГО за 5 семестр		36	36			36	
	ИТОГО		36	36			36	

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

Фонд оценочных средств (ФОС) для проведения текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине «Экстремальная психология» базируется на перечне осваиваемых компетенций с указанием этапов их формирования в процессе освоения дисциплины. ФОС обеспечивает объективный контроль достижения запланированных результатов обучения. ФОС включает в себя:

- описание показателей и критериев оценивания компетенций на различных этапах их формирования, описание шкал оценивания;
- методические материалы, определяющие процедуры оценивания знаний, умений, навыков и (или) опыта деятельности, характеризующих этапы формирования компетенций;
- типовые контрольные задания и иные материалы, необходимые для оценки знаний, умений и уровня овладения формируемыми компетенциями в процессе освоения дисциплины.

ФОС является приложением к данной программе дисциплины.

7. Методические указания для обучающихся по освоению дисциплины

Приступая к работе, каждый студент должен принимать во внимание следующие положения.

Дисциплина построена по тематическому принципу, каждая тема представляет собой логически завершённый раздел.

Лекционный материал посвящен рассмотрению ключевых, базовых положений курсов и разъяснению учебных заданий, выносимых на самостоятельную работу студентов.

Практические занятия проводятся с целью закрепления усвоенной информации, приобретения навыков ее применения при решении практических задач в соответствующей предметной области.

Самостоятельная работа студентов направлена на самостоятельное изучение дополнительного материала, подготовку к практическим и лабораторным занятиям, а также выполнения всех видов самостоятельной работы.

Для успешного освоения дисциплины, необходимо выполнить все виды самостоятельной работы, используя рекомендуемые источники информации.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

8.1. Перечень основной и дополнительной литературы, необходимой для освоения дисциплины:

8.1.1. Перечень основной литературы:

Психология экстремальных и чрезвычайных состояний: учебное пособие / И.В. Белашева, А.В. Суворова, И.Н. Польшакова, Н.В. Осипова, Д.А. Ершова. - Ставрополь : СКФУ, 2016. - 262 с.

8.1.2. Перечень дополнительной литературы:

Гуревич П.С. Психология чрезвычайных ситуаций / П.С. Гуревич. - Москва: Юнити-Дана, 2015. - 495 с. - ISBN 978-5-238-01246-9

8.2. Перечень учебно-методического обеспечения самостоятельной работы обучающихся по дисциплине

Методические указания для обучающихся по организации и проведению самостоятельной работы по дисциплине «Экстремальная психология». - Ставрополь: СКФУ, 2022

8.3. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины (модуля)

1. www.eLibrary.ru - Научная электронная библиотека

2. www.biblioclub.ru - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

3. www.iprbookshop.ru - Электронно-библиотечная система IPRbooks

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

При чтении лекций используется компьютерная техника, демонстрации презентационных мультимедийных материалов. На практических занятиях студенты представляют презентации, подготовленные ими в часы самостоятельной работы.

Информационные справочные системы:

Информационно-справочные и информационно-правовые системы, используемые при изучении дисциплины:

1	uisrussia.msu.ru - Университетская информационная система РОССИЯ (УИС РОССИЯ)
---	---

Программное обеспечение:

1	Альт Рабочая станция 10
2	Альт Рабочая станция К
3	Альт «Сервер»
4	Пакет офисных программ - Р7-Офис

10. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю)

Лекционные занятия	1	Аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории
	2	учебно-наглядные пособия в виде тематических презентаций, соответствующих рабочим программам дисциплин
	3	мультимедиа-проектор
	4	ноутбук
Практические занятия	1	Аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для

		представления учебной информации большой аудитории
	2	ноутбук
	3	мультимедиа-проектор
Самостоятельная работа	1	Учебная аудитория, укомплектованная специализированной мебелью и техническими средствами обучения для групповых и индивидуальных консультаций
	2	Компьютеры с выходом в Интернет и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации
	3	Учебная аудитория, укомплектованная специализированной мебелью для текущего контроля.

Материально-техническая база обеспечивает проведение всех видов дисциплинарной и междисциплинарной подготовки, лабораторной, научно-исследовательской работы обучающихся (переносной ноутбук, переносной проектор, компьютеры с необходимым программным обеспечением и выходом в интернет).

Помещения для самостоятельной работы обучающихся оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду образовательной организации.

11. Особенности освоения дисциплины (модуля) лицами с ограниченными возможностями здоровья

Обучающимся с ограниченными возможностями здоровья предоставляются специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы, специальные технические средства обучения коллективного и индивидуального пользования, услуги ассистента (помощника), оказывающего обучающимся необходимую техническую помощь, а также услуги сурдопереводчиков и тифлосурдопереводчиков.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья может быть организовано совместно с другими обучающимися, а также в отдельных группах.

Освоение дисциплины (модуля) обучающимися с ограниченными возможностями здоровья осуществляется с учетом особенностей психофизического развития, индивидуальных возможностей и состояния здоровья.

В целях доступности получения высшего образования по образовательной программе лицами с ограниченными возможностями здоровья при освоении дисциплины (модуля) обеспечивается:

1) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по зрению:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),
- письменные задания, а также инструкции о порядке их выполнения оформляются увеличенным шрифтом,
- специальные учебники, учебные пособия и дидактические материалы (имеющие крупный шрифт или аудиофайлы),
- индивидуальное равномерное освещение не менее 300 люкс,
- при необходимости студенту для выполнения задания предоставляется увеличивающее устройство;

2) для лиц с ограниченными возможностями здоровья по слуху:

- присутствие ассистента, оказывающий студенту необходимую техническую помощь с учетом индивидуальных особенностей (помогает занять рабочее место, передвигаться, прочесть и оформить задание, в том числе, записывая под диктовку),

- обеспечивается наличие звукоусиливающей аппаратуры коллективного пользования, при необходимости обучающемуся предоставляется звукоусиливающая аппаратура индивидуального пользования;

- обеспечивается надлежащими звуковыми средствами воспроизведения информации;

3) для лиц с ограниченными возможностями здоровья, имеющих нарушения опорно-двигательного аппарата (в том числе с тяжелыми нарушениями двигательных функций верхних конечностей или отсутствием верхних конечностей):

- письменные задания выполняются на компьютере со специализированным программным обеспечением или надиктовываются ассистенту;

- по желанию студента задания могут выполняться в устной форме.

12. Особенности реализации дисциплины с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения

Согласно части 1 статьи 16 Федерального закона от 29 декабря 2012 г. № 273-ФЗ «Об образовании в Российской Федерации» под *электронным обучением* понимается организация образовательной деятельности с применением содержащейся в базах данных и используемой при реализации образовательных программ информации и обеспечивающих ее обработку информационных технологий, технических средств, а также информационно-телекоммуникационных сетей, обеспечивающих передачу по линиям связи указанной информации, взаимодействие обучающихся и педагогических работников. Под *дистанционными образовательными технологиями* понимаются образовательные технологии, реализуемые в основном с применением информационно-телекоммуникационных сетей при опосредованном (на расстоянии) взаимодействии обучающихся и педагогических работников.

Реализация дисциплины может быть осуществлена с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения полностью или частично. Компоненты УМК дисциплины (рабочая программа дисциплины, оценочные и методические материалы, формы аттестации), реализуемой с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения, содержат указание на их использование.

При организации образовательной деятельности с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения могут предусматриваться асинхронный и синхронный способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет».

При применении дистанционных образовательных технологий и электронного обучения в расписании по дисциплине указываются: способы осуществления взаимодействия участников образовательных отношений посредством информационно-телекоммуникационной сети «Интернет» (ВКС-видеоконференцсвязь, ЭТ – электронное тестирование); ссылки на электронную информационно-образовательную среду СКФУ, на образовательные платформы и ресурсы иных организаций, к которым предоставляется открытый доступ через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет»; для синхронного обучения - время проведения онлайн-занятий и преподаватели; для асинхронного обучения - авторы онлайн-курсов.

При организации промежуточной аттестации с применением дистанционных образовательных технологий и электронного обучения используются Методические рекомендации по применению технических средств, обеспечивающих объективность результатов при проведении промежуточной и государственной итоговой аттестации по образовательным программам высшего образования - программам бакалавриата, программам специалитета и программам магистратуры с применением дистанционных образовательных технологий (Письмо Минобрнауки России от 07.12.2020 г. № МН-19/1573-АН "О направлении методических рекомендаций").

Реализация дисциплины с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий осуществляется с использованием электронной информационно-образовательной среды СКФУ, к которой обеспечен доступ обучающихся через информационно-телекоммуникационную сеть «Интернет», или с использованием ресурсов иных организаций, в том числе платформ, предоставляющих сервисы для проведения видеоконференций, онлайн-встреч и дистанционного обучения (МТС-Линк), а также с использованием возможностей социальных сетей для осуществления коммуникации обучающихся и преподавателей.

Учебно-методическое обеспечение дисциплины, реализуемой с применением электронного обучения и дистанционных образовательных технологий, включает представленные в электронном виде рабочую программу, учебно-методические пособия или курс лекций, методические указания к выполнению различных видов учебной деятельности обучающихся, предусмотренных дисциплиной, и прочие учебно-методические материалы, размещенные в информационно-образовательной среде СКФУ.