

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
по выполнению практических работ
по дисциплине **«Психология безопасности»**
для студентов направления подготовки
37.04.01 Психология
направление (профиль)
«Психология кадрового менеджмента»

Ставрополь, 2026 г.

Содержание

Тема 1. Объект психологии безопасности
Тема 2. История рассмотрения феномена безопасности в социальных науках
Тема 3. Психология безопасности в междисциплинарном пространстве
Тема 4. Безопасность личности в информационном обществе
Тема 5. Безопасность личности в экстремальных ситуациях
Тема 6. Стратегии и механизмы формирования психологической безопасности личности
Тема 7. Риск и безопасность трудовой деятельности
Тема 8. Индивидуально-типологические особенности субъекта деятельности как фактор безопасной жизнедеятельности
Тема 9. Психологическая подготовка спасателя к управлению групповой и индивидуальной деятельности в экстремальных ситуациях

Введение

Целью освоения дисциплины «Психология безопасности» является всестороннее ознакомление магистрантов с понятием психологической безопасности, источниками психологических угроз, способами противодействия психологическим влияниям, путями выработки психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах, методами диагностики психологических состояний и помощи людям в различных экстремальных ситуациях, способам снятия эмоциональной напряженности.

В результате реализации *задач* дисциплины предполагается:

1. Дать понятие психологической безопасности личности.
2. Научить определять потенциальные источники психологической угрозы.
3. Рассмотреть различные виды психологических угроз.
4. Научить способам повышения психологической устойчивости.
5. Сформировать навыки по распознаванию кризисных психологических состояний среди детей, подростков и взрослых.
6. Дать знания по оказанию психологической помощи пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях.

Практическое занятие № 1-2

Тема: Объект психологии безопасности

Цель: *формирование представлений о предмете, содержании и истории становления психологии безопасности как науки.*

Формируемые компетенции: ПК-3

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

Под психологической безопасностью (ПБ) понимается положительное самоощущение человека, его эмоциональное, интеллектуальное, личностное и социальное благополучие в конкретных социально-психологических условиях, а также отсутствие ситуаций нанесения психологического ущерба личности и ущемления ее прав.

Психологическая безопасность также рассматривается в виде целостной системы процессов, результатом протекания которых является соответствие потребностей, ценностей, возможностей субъекта отраженным характеристикам реальной действительности. При этом различные компоненты системы (процессы, образы, ценности и др.) могут выступать в качестве детерминант ее развития в целом и выполнять на разных этапах формирования ПБ подчиненную или ведущую функции. ПБ представляет собой сложно структурированную систему психических процессов, ядром которой выступает отсутствие противоречий между внешними и субъективными требованиями к субъекту и его жизненными ориентациями.

Понятие «отношение» позволяет, с одной стороны, рассмотреть безопасность как психологическую категорию, с другой, – выявить ее социально-психологическую направленность.

Чтобы понять и определить безопасность, необходимо рассмотреть ее как систему отношений субъекта к миру, к себе и Другим. Так, еще С.Л. Рубинштейн, описывая деятельность субъекта, отмечал, что существенным оказывается не сам по себе ход событий, а прежде всего отношение человека к тому, что происходит. Он указывал, что отношения выступают как условие существования человека и реально всегда существует два взаимосвязанных отношения – человек и бытие, человек и другой человек. Все формы отношений (взаимоотношений человека с миром) составляют сущность субъекта. Все это дает основание полагать, что отношения, представленные совокупностью личностных свойств и проявляющиеся во взаимосвязях человека с объективной реальностью, являются теми условиями, которые обеспечивают определенный уровень жизнедеятельности человека (в том числе его активность, социальную активность), с одной стороны, и определяют внутренние ощущения, состояния, свойства субъекта (в целом удовлетворенность жизнью) – с другой, что и является основой психологической безопасности человека.

Отношения человека разнообразны и многомерны, однако именно отношения к Другим и с Другими во многом являются определяющими для ощущения защищенности, сохранности, целостности субъекта. С.Л. Рубинштейн отмечал: «Я не существую без другого; я и другой сопринадлежны... Я самоопределяюсь во всех своих отношениях к людям, в отношении своем ко всем людям – к человечеству как совокупности и единству всех людей».

В условиях, когда каждый субъект взаимосвязан с множеством Других, возникает система – система отношений. Нарушение системы (например, «выпадение» хотя бы одного ее элемента, за счет разрыва отношений) приводит к снижению ее устойчивости, разбалансированности всех ее элементов, напряженности внутри нее. Таким образом, наличие угрозы и опасности хотя бы для одного элемента (отдельного субъекта) приводит к возникновению опасности для всех остальных. Данный факт определяет необходимость

говорить о социально-психологической безопасности как явлении, возникающем в процессе общения и взаимоотношений людей друг с другом.

Вопросы и задания:

1. В каком году и кем было сформулировано первое определение психологии безопасности?
2. Назовите объекты психологии безопасности.
3. Перечислите направления психологии безопасности.
4. Какие виды угроз вы знаете?
5. Перечислите факторы и причины угроз психологической безопасности личности.
6. Конспект статьи Бек У. От индустриального общества к обществу риска // THESIS. 1994. №5. С.166
7. Конспект статьи Панарин С.А., Есимова А.Б. Дискурсивный анализ безопасности: дефиниция как элемент культуры // Безопасность как ценность и норма: опыт разных эпох и культур: отв. ред. С. Панарин. СПб.: Интерсоцис, 2012. С.32.
8. Конспект статьи Зеленков М.Ю. Правовые основы общей теории безопасности Российского государства в XXI веке. М., 2002. С.32
9. Конспект статьи Зотова О.Ю. Психологическое состояние современной России // Макропсихологические аспекты безопасности России / Ю.П. Зинченко. М.: ОПТИМ ГРУПП, 2012. С.107-190
10. Подготовить конспект статьи: Баева И.А. Психология безопасности как основа анализа экстремальной ситуации //Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена Выпуск № 145 / 2012.
11. Зинченко Ю. П. Методологические основы психологии безопасности// Журнал Национальный психологический журнал Выпуск № 2 / 2011

Перечень тем для круглого стола

1. Предпосылки становления психологии безопасности.
2. История психологии безопасности.
3. Психологические факторы угрозы психологической безопасности.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есаян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие № 3-4

Тема: История рассмотрения феномена безопасности в социальных науках

Цель: *формирование представлений об истории рассмотрения феномена безопасности в социальных науках*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

На протяжении достаточно длительного периода в истории психологии человека характеризовали как субъекта деятельности. В результате этого первое определение психологии безопасности появилось в рамках психологии труда инженерной психологии и было сформулировано М. А. Котиком в 1987 г. Психология безопасности была призвана обеспечивать профилактику несчастных случаев на производстве и изучать их причины.

К концу XX в. смысловое наполнение термина «психологическая безопасность» стало расширяться, включая в себя понимание личности как особой ценности, уникальной сущности, способной регулировать и организовывать свой жизненный путь, одновременно выступая не только как субъект безопасности, но и в качестве субъекта жизни,

Безопасность стала рассматриваться как мобилизатор ресурсов человеческой психики в экстремальных ситуациях, в условиях неопределенности и нестабильности.

Вопросы и задания:

1. Назовите виды защит, которые выделяла А. Фрейд.
2. Какие ситуации опасности выделяла М. Кляйн?
3. Кто автор концепции эмоциональной безопасности?
4. Назовите типы детско-родительских отношений как типы зависимости и безопасности (В. Блатц).
5. М. Балинт описал две разнонаправленные ориентации характера человека. Опишите их.
6. Какой механизм психологической защиты использовала лиса?
Кейс Лиса и виноград
7. Объясните психологические особенности людей из африканского племени косан, опираясь на позицию Г. Салливана.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есаян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

Практическое занятие № 5-6

Тема: Психология безопасности в междисциплинарном пространстве

Цель: *формирование представлений психологии безопасности в междисциплинарном пространстве*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

К настоящему времени психология безопасности имеет явно выраженный междисциплинарный и наддисциплинарный характер.

Междисциплинарность феномена «безопасность» определяется тем, что, находясь в составе многих научных областей, она предопределяет не только их содержание, но и особенности развития и функционирования. Многие теоретические и практические исследования психологии безопасности сформировались на стыке разных научных дисциплин. Термин «безопасность» используется в отечественной и зарубежной психологической, социологической, философской и другой общественно-научной литературе. Проблематика безопасности становится предметом междисциплинарных (социологических, экономических, правовых и др.) исследований, в которых актуализируются вопросы социальных рисков, социальной безопасности, риск-менеджмента, устойчивого развития, а также социальной защиты и социальной ответственности. Объединяет их утверждение о том, что безопасность — одна из характеристик и критериев развития и функционирования экономических, технических, социальных, биологических и экологических систем. Наддисциплинарный статус психологии безопасности определяется присутствием идеи безопасности в мировой истории, основных категорий и способов реализации безопасности как науки. Именно исторический ракурс оказал влияние и продолжает воздействовать на теоретическую, методологическую и эмпирическую трактовки психологии безопасности.

Занятие проходит в форме круглого стола

Вопросы и задания:

1. Перечислите составляющие безопасности человека, которые были выделены в рамках программы ООН в 1994 г.
2. Дайте определение и характеристику экономической безопасности.
3. Дайте определение и характеристику информационной безопасности.
4. Дайте определение и характеристику экологической безопасности.
5. Вестфальский мир как индикатор появления идеи государственной безопасности.
6. Аннотация книги Кузнецов В.Н. Социология безопасности: учеб. пособие. М.: МГУ, 2009.

Перечень тем для круглого стола

1. Составляющие безопасности человека.
2. Экономическая безопасность.
3. Информационная безопасность.
4. Экологическая безопасность.
5. Правовая безопасность.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения:

учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есаян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие № 7-9

Тема: Безопасность личности в информационном обществе

Цель: *формирование представлений о психологической безопасности в информационном обществе*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

В Доктрине информационной безопасности РФ, утвержденной Президентом РФ 9 сентября 2000 г. № Пр-1895 **информационная безопасность** определяется как состояние защищенности национальных интересов в информационной области, определяемых интересами личности, общества и государства. При этом информационную безопасность рассматривают как залог устойчивого развития общества.

В информационной безопасности выделяют два направления: защита информации и информационно-психологическая безопасность.

Информационно-психологическая безопасность играет большую роль в обеспечении психического здоровья человека и населения страны, в деятельности государственных и общественных институтов, в формировании индивидуального, группового и массового сознания, направленного на развитие общества. По мнению Г. В. Грачева, под информационно-психологической безопасностью личности понимается такое состояние защищенности последней, которое обеспечивает ее сохранность и целостность как активного социального субъекта и способствует развитию в условиях информационного взаимодействия с окружающей средой. В качестве основной угрозы информационно-психологической безопасности личности, как правило, рассматривают психологические манипуляции, в основе которых лежит скрытое психологическое принуждение.

Занятие проходит в форме круглого стола

Вопросы и задания:

1. Когда был создан первый информационный шифр?
2. Что, по мнению М. Кастельса, характеризует информационное общество?
3. Назовите характерные отличия информационного общества от индустриального
4. Дайте пример информационной утечки, виной которой является человек

5. Какие проблемы психологической безопасности возникают у человека при взаимодействии с окружающей средой?
6. Какие критерии информационно-психологической безопасности существуют?
7. Назовите манипулятивные техники, используемые в СМИ. Перечислите защитные техники от манипуляций.
8. Конспект статьи Белашева И.В. Психологическое здоровье личности и вызовы современного общества// АКТУАЛЬНЫЕ ВОПРОСЫ ПСИХОЛОГИИ ЗДОРОВЬЯ И ПСИХОСОМАТИКИ / Материалы Всероссийской научно-практической конференции. 2015. С. 26-32.
9. Конспект статьи Есаян М.Л., Ершова Д.А. Влияние средств массовой информации на нервно-психическое состояние студентов в условиях интенсивного увеличения информационного потока //Научные труды SWorld. 2014. Т. 13. № 2. С. 6-9.
10. Конспект статьи Непомнящий, А.В. Психология в обеспечении информационной безопасности личности и общества// Журнал Известия Южного федерального университета. Технические науки Выпуск № 7 / том 51 / 2005
11. Конспект статьи Асылгараева А.К. Информационное поле современной России: практики и эффекты. Материалы Шестой Международной научно-практической конференции. Казань – 2009 г.
12. Конспект статьи Седов О. Угрозы социальных сетей // Директор информационной службы. № 12. 2011г.

Перечень тем для круглого стола

1. Понятие информационной безопасности.
2. Критерии информационно-психологической безопасности.
3. Подходы к обеспечению информационно-психологической безопасности личности.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есаян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие № 10-12

Тема: Безопасность личности в экстремальных ситуациях

Цель: *формирование представлений об основах безопасности личности в экстремальных ситуациях*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть. Экстремальная ситуация (от лат. *extremis* - крайний, критический) - это внезапная ситуация, которая угрожает или субъективно воспринимается как угрожающая жизни человека, его здоровью и благополучию.

Всемирно известный психоаналитик Бруно Беттельхейм, используя свои собственные наблюдения жизни в концентрационных лагерях, создал концепцию экстремальной ситуации. Он отмечал, что, когда человек оказывается в экстремальной ситуации, все его существующие адаптивные и защитные механизмы устаревают, кроме того, некоторые из них могут даже усугубить сложившуюся ситуацию. Вся система защиты человека разрушается и «падает вниз к основанию», в результате чего человек должен выстроить новую систему ценностей и создать другой образ жизни, актуальный для новой ситуации.

Позже в клинической и психоаналитической литературе термин «экстремальная ситуация» был расширен. Согласно психоаналитической традиции экстремальная ситуация предполагает нарушение границ между собственным «Я» и внешним миром. Было предложено использовать термин «экстремальная ситуация» применительно к тем ситуациям, в которых выполняются следующие условия:

1. Человек оказывается в критической ситуации, не имея опыта пребывания в ней.
2. Человек оказывается жертвой политически и юридически обоснованной агрессии, которая создает в нем чувство вины.
3. Человек испытывает почти невыносимую физическую и психологическую боль.
4. Человек становится свидетелем пыток и умышленного убийства.
5. Человек изолирован от своей семьи и находится без какой-либо информации о судьбе близких.
6. Происходит изменение окружающей среды.
7. Отсутствует временной предел для существующей ситуации.
8. Полная потеря человеческих и юридических прав.
9. Нет шансов защиты против агрессоров.

Вопросы и задания:

1. Дайте определение экстремальной ситуации.
2. Назовите эксперименты, которые были направлены на изучение социального поведения личности в экстремальных ситуациях, и их авторов.
3. Что является значимым фактором в возникновении межгрупповых конфликтов?
4. Конспект статьи Степанова Е.А., Осипова Н.В. Психологический анализ феномена подростковой экстремальности// Психологическое здоровье личности: теория и практика сборник научных трудов по материалам II Всероссийской научно-практической конференции. отв. ред. И. В. Белашева. 2015. С. 92-93.
5. Перечислите психологические механизмы, связанные с различием в поведении испытуемых.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров

неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие № 13-15

Тема: Стратегии и механизмы формирования психологической безопасности личности

Цель: *формирование представлений об основных стратегиях и механизмах безопасности личности*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

Когда люди сталкиваются с опасной для жизни ситуацией, они в первую очередь думают о своей безопасности, выживании и самозащите. Человек может испытывать спутанность сознания, шок, ужас, гнев, вину. Если травма не интегрирована в жизненный опыт человека, происходит фиксация на травме. Травматические воспоминания возвращаются в виде постоянных воспоминаний, переживаний, чувств, эмоций и ночных кошмаров.

Травматический опыт сложен по своей природе. Травма возникает в широком контексте, который включает детские личные характеристики, жизненный опыт и текущие обстоятельства. Травматические события часто генерируют вторичные невзгоды, перемены в жизни. Люди могут проявлять широкий спектр реакций на травму и потери. Опасность и безопасность являются основными проблемами в жизни травмированных людей. Защитные факторы способны снизить негативное воздействие травмы. Последняя может сильно влиять на всю последующую жизнь человека. Люди в трудных для себя жизненных ситуациях, как правило, используют различные формы защиты от внешней и внутренней опасности. На основе собственных знаний и личного опыта они пытаются справиться с состоянием опасности. Понятия конфликта, травмы, стресса непосредственно связаны со стратегиями и методами обеспечения психологической безопасности личности, механизмы которых направлены на снижение эмоциональной напряженности, предотвращение дезорганизации поведения, сознания, психики. Неспособность или неумение человека совладать с критическими ситуациями может послужить основой для снижения физического и психологического здоровья, ухудшения качества жизни в различных сферах.

Ниже представлены последствия воздействия критических ситуаций на личность.

Занятие проходит в форме круглого стола

Вопросы и задания:

1. Дайте определение острой стрессовой ситуации.
2. Приведите примеры симптомов психологической травмы.

3. Назовите симптомы ПТСР.
4. Назовите три основных элемента, характеризующих психологическую устойчивость (по М. Селигману).
5. Назовите три компонента, которые составляют жизнестойкость (по С. Кобас).
6. Дайте определение психологических защитных механизмов. Приведите примеры.
7. Какие четыре уровня безопасности (по С. Блум) должны одновременно реализовываться, чтобы человек чувствовал себя в безопасности в обществе?
8. О каком психологическом феномене здесь идет речь? Перечислите причины личностных изменений у Патрисии Херст. КЕЙС

Перечень тем для круглого стола

1. Острая стрессовая ситуация.
2. Посттравматическое стрессовое расстройство.
3. Психологическая устойчивость.
4. Механизмы психологической защиты.
5. Психотерапевтические методы оказания помощи людям для формирования психологической безопасности.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие № 16-18

Тема: Риск и безопасность трудовой деятельности

Цель: *формирование представлений о риске и безопасности трудовой деятельности*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

Вопросы и задания:

1. Относятся ли динамика развития социальных институтов, функциональные преобразования, инвариантность системы к характеристикам стабильности социальных систем?

2. Почему социальная стабильность как определенный характер развития общества обуславливает развитие психологической безопасности?
3. Почему ситуация риска не тождественна ситуации угрозы?
4. Охарактеризуйте мотивационные основания террористической деятельности.
5. Каким образом концепция риска как ценности объясняет феномен террористической деятельности?
6. Каковы функции так называемой «фантастической игры»? Какова роль архетипов в системе психологической безопасности личности?

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есаян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие № 19-21

Тема: Индивидуально-типологические особенности субъекта деятельности как фактор безопасной жизнедеятельности

Цель: *формирование представлений об основных индивидуально-типологических особенностях субъекта деятельности как фактора безопасной жизнедеятельности*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

Занятие проходит в форме защиты творческих проектов

Перечень тем творческих проектов

1. Индивидуально-типологические особенности субъекта деятельности как фактор безопасной жизнедеятельности.
2. Понятие об индивидуальном стиле деятельности.
3. Профессионально-важные качества специалистов по безопасности разного профиля.
4. Эмоционально-волевая устойчивость.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есаян ; Министерство образования и науки РФ ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

Практическое занятие № 22-24

Тема: Психологическая подготовка спасателя к управлению групповой и индивидуальной деятельности в экстремальных ситуациях

Цель: *формирование представлений о психологической подготовке спасателя к управлению групповой и индивидуальной деятельности в экстремальных ситуациях*

Формируемые компетенции: ПК-3.

Актуальность темы занятия обусловлена тем, что в настоящее время возникает необходимость расширения исследовательского пространства психологической безопасности.

Теоретическая часть.

Занятие проходит в форме круглого стола

Перечень тем для круглого стола

1. Психологическая безопасность и среда.
2. Психологическая подготовка спасателя к управлению индивидуальной и групповой деятельности в экстремальных ситуациях.
3. Основы саморегуляции и реабилитации.

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есаян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э.

Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«СЕВЕРО-КАВКАЗСКИЙ ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ
по организации и проведению самостоятельной работы
по дисциплине **«Психология безопасности»**
для студентов направления подготовки
37.04.01 Психология
направление (профиль)
«Психология кадрового менеджмента»

Ставрополь, 2026

Содержание

ВВЕДЕНИЕ.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ДОКЛАДА.....	
МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ.....	

ВВЕДЕНИЕ

Современные стандарты подготовки магистрантов предусматривают значительный объем внеаудиторной работы. Освоение программы курса предполагает получение как теоретических знаний по проблемам психолингвистики, так и формирование навыков практической работы. Поэтому самостоятельная работа в рамках курса ориентирована как на теоретический, так и на практический аспект.

Самостоятельная работа студентов – это выполнение теоретических и практических заданий студентами по усвоению изучаемой дисциплины «Психология безопасности».

Целью самостоятельной работы является закрепление и углубление знаний, полученных студентами на лекциях, подготовке к текущим лабораторным занятиям, промежуточным формам контроля знаний и к итоговому контролю.

Дидактические цели самостоятельных занятий:

- формирование профессиональных умений;
- формирование умений и навыков самостоятельного умственного труда;
- мотивирование регулярной целенаправленной работы по освоению специальности;
- развитие самостоятельности мышления;
- формирование убежденности, волевых черт характера, способности к самоорганизации;
- овладение технологическим учебным инструментом.

Методическое обеспечение самостоятельной работы дисциплине состоит из:

- 1) Определения учебных вопросов, которые студенты должны изучить самостоятельно;
- 2) Подбора необходимой учебной литературы, обязательной для проработки и изучения;
- 3) Поиска дополнительной научной литературы, к которой студенты могут обращаться по желанию, если у них возникает интерес в данной теме;
- 4) Определения контрольных вопросов, позволяющих студентам самостоятельно проверить качество полученных знаний;
- 5) Организации консультаций преподавателя со студентами для разъяснения вопросов, вызвавших у студентов затруднения при самостоятельном освоении учебного материала.

Самостоятельная работа студента – это особым образом организованная деятельность, включающая в свою структуру такие компоненты, как:

- уяснение цели и поставленной учебной задачи;
- четкое и системное планирование самостоятельной работы;
- поиск необходимой учебной и научной информации;
- освоение собственной информации и ее логическая переработка;
- использование методов исследовательской, научно-исследовательской работы для решения поставленных задач;
- выработка собственной позиции по поводу полученной задачи;
- представление, обоснование и защита полученного решения;
- проведение самоанализа и самоконтроля

Виды самостоятельных работ по учебной дисциплине:

- работа с понятийным аппаратом;
- поисковая работа с различными источниками;
- составление аннотированного списка литературы по проблеме;
- проектирование фрагментов исследовательской деятельности;
- анализ научных исследований по психологической проблематике;
- подготовка докладов по теме.

Контроль знаний студентов включает формы текущего и итогового контроля. Текущий контроль осуществляется в процессе изучения курса и включает в себя оценку работы студентов на практических занятиях, а также подготовку домашнего задания.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО РАБОТЕ С ЛИТЕРАТУРОЙ

Изучение и анализ литературных источников является обязательным видом самостоятельной работы студентов. Изучение литературы по избранной теме имеет своей задачей проследить характер постановки и решения определенной проблемы различными авторами, аргументацию их выводов и обобщений, провести анализ и систематизировать полученный материал на основе собственного осмысления с целью выяснения современного состояния вопроса.

Проработка отобранного материала обязательно должна идти с одновременным ведением записей прочитанного и своих замечаний. Запись может иметь как форму конспекта, так и выписок, а также картотеку положений, тезисов, идей, методик, что в дальнейшем облегчит классификацию и систематизацию полученного материала. Такого рода записи являются лучшим способом накопления и первичной обработки материал, одной из обязательных форм организации умственного труда.

Планом удобно пользоваться при подготовке к устному выступлению по выбранной теме. Каждый пункт плана должен раскрывать одну из сторон избранной темы, а весь план должен охватывать ее целиком.

Тезисы предполагают сжатое изложение основных положений текста в форме утверждения или отрицания. Они являются более совершенной формой записей и представляют основу для дискуссии. К тому же их легко запомнить.

Аннотация – краткое изложение содержания – дает общее представление о работе.

Резюме кратко характеризует выводы, главные итоги произведения.

Конспект является наиболее распространенной формой ведения записей. Основную ткань конспекта составляют тезисы, дополненные доказательствами и рассуждениями. Конспект может быть текстуальным, свободным или тематическим. Текстуальный представляет собой цитатник с сохранением логики работы и структуры текста. Свободный конспект основан на изложении материала в том порядке, который более удобен автору. В этом смысле конспект представляет собрание воедино мыслей, разбросанных по всей книге. Тематический конспект может быть составлен по нескольким источникам, где за основу берется тема, интерпретируемая по-разному.

Экономия времени дает использование при записях различного рода сокращений, аббревиатуры и т.д. многие используют для регистрации исследуемых тем систему карточек. Преимущество карточек в том, что тема там излагается очень сжато, и они очень удобны в использовании, т.к. их можно разложить на столе, перегруппировать и без труда найти искомую тему.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО НАПИСАНИЮ И ОФОРМЛЕНИЮ ДОКЛАДА

Написание доклада по дисциплине «Психология безопасности» является одним из видов самостоятельной работы студентов по изучению предмета. Данный вид работы способствует повышению качества усвоения программного материала, углубленному пониманию наиболее сложных вопросов курса, расширению круга рассматриваемых проблем, овладению научными методами анализа психологических явлений.

Работая с литературными источниками, не следует ограничиваться простым пересказом содержания прочитанного. Необходимо выделить наиболее важные теоретические положения и обосновать их, раскрыть особенности различных точек зрения на один и тот же вопрос, оценить практическое и теоретическое значение результатов реферируемой работы, а также выразить собственное отношение к идеям и

выводам автора, подкрепив его определенными аргументами (личным опытом, высказываниями других исследователей и пр.).

Реферируемый источник, списки использованной литературы, а также все ссылки на литературные работы должны быть оформлены по алфавиту с указанием фамилии и инициалов автора, название источника, места и года издания; для журнальных статей необходимо указать фамилию и инициалы автора, название статьи, журнала, год издания и номер.

*Доклад по дисциплине «Психология безопасности»
студента ... курса (фамилия, имя, отчество)*

института, группы

Тема: ".....".

год выполнения.

1. Общие положения

1.1. Доклад, как вид самостоятельной работы в учебном процессе, способствует формированию навыков исследовательской работы, расширяет познавательные интересы, учит критически мыслить.

1.2. При написании доклада по заданной теме студент составляет план, подбирает основные источники.

1.3. В процессе работы с источниками систематизирует полученные сведения, делает выводы и обобщения.

1.4. К докладу по крупной теме могут привлекать несколько студентов, между которыми распределяются вопросы выступления.

2. Выбор темы доклада

2.1. Тематика доклада обычно определяется преподавателем, но в определении темы инициативу может проявить и студент.

2.2. Прежде чем выбрать тему доклада, автору необходимо выявить свой интерес, определить, над какой проблемой он хотел бы поработать, более глубоко ее изучить.

3. Этапы работы над докладом

3.1. Формулирование темы, причем она должна быть не только актуальной по своему значению, но и оригинальной, интересной по содержанию.

3.2. Подбор и изучение основных источников по теме (как правильно, при разработке доклада используется не менее 8-10 различных источников).

3.3. Составление списка использованных источников.

3.4. Обработка и систематизация информации

3.5. Разработка плана доклада.

3.6. Написание доклада.

3.7. Публичное выступление с результатами исследования.

4. Структура доклада:

- титульный лист
- оглавление (в нем последовательно излагаются названия пунктов доклада, указываются страницы, с которых начинается каждый пункт);
- введение (формулирует суть исследуемой проблемы, обосновывается выбор темы, определяются ее значимость и актуальность, указываются цель и задачи доклада, дается характеристика используемой литературы);
- основная часть (каждый раздел ее, доказательно раскрывая отдельную проблему или одну из ее сторон, логически является продолжением предыдущего; в основной части могут быть представлены таблицы, графики, схемы);
- заключение (подводятся итоги или дается обобщенный вывод по теме доклада, предлагаются рекомендации);
- список использованных источников

5. Структура и содержание доклада

5.1. Введение - это вступительная часть научно-исследовательской работы. Автор должен приложить все усилия, чтобы в этом небольшом по объему разделе показать актуальность темы, раскрыть практическую значимость ее, определить цели и задачи эксперимента или его фрагмента.

5.2. Основная часть. В ней раскрывается содержание доклада. Как правило, основная часть состоит из теоретического и практического разделов. В теоретическом разделе раскрываются история и теория исследуемой проблемы, дается критический анализ литературы и показываются позиции автора. В практическом разделе излагаются методы, ход, и результаты самостоятельно проведенного эксперимента или фрагмента.

В основной части могут быть также представлены схемы, диаграммы, таблицы, рисунки и т.д.

5.3. В заключении содержатся итоги работы, выводы, к которым пришел автор, и рекомендации. Заключение должно быть кратким, обязательным и соответствовать поставленным задачам.

5.4. Список использованных источников представляет собой перечень использованных книг, статей, фамилии авторов приводятся в алфавитном порядке, при этом все источники даются под общей нумерацией литературы. В исходных данных источника указываются фамилия и инициалы автора, название работы, место и год издания.

5.5. Приложение к докладу оформляются на отдельных листах, причем каждое должно иметь свой тематический заголовок и номер, который пишется в правом верхнем углу, например: «Приложение 1»

6. Требования к оформлению доклада

6.1. Объем доклада может колебаться в пределах 5-15 печатных страниц; все приложения к работе не входят в ее объем.

6.2. Доклад должен быть выполнен грамотно, с соблюдением культуры изложения.

6.3. Обязательно должны иметься ссылки на используемую литературу.

6.4. Должна быть соблюдена последовательность написания библиографического аппарата.

7. Критерии оценки доклада

- актуальность темы исследования;
- соответствие содержания теме;
- глубина проработки материала; правильность и полнота использования источников;
- соответствие оформления доклада стандартам.

По усмотрению преподавателя доклады могут быть представлены на семинарах, научно-практических конференциях, а также использоваться как зачетные работы по пройденным темам.

Оценкой «отлично» оценивается доклад, в котором соблюдены следующие требования: полно и четко представлены основные теоретические понятия; проведен глубокий анализ по проблеме; продемонстрировано знание методологических основ изучаемой проблемы; уместно и точно использованы различные иллюстративные приемы – примеры, схемы, таблицы и т. д.; показано знание межпредметных связей; работа написана с использованием терминов современной науки, хорошим русским языком, соблюдена логическая стройность работы; соблюдены все требования к оформлению доклада.

Оценкой «хорошо» оценивается доклад, в которой: в целом раскрыта актуальность темы; в основном представлен обзор основной литературы по данной проблеме; недостаточно использованы последние публикации по данному вопросу;

выводы сформулированы недостаточно полно; собственная точка зрения отсутствует или недостаточно аргументирована; в изложении преобладает описательный характер

Оценка «удовлетворительно» выставляется при условии: изложение носит исключительно описательный, компилятивный характер; библиография ограничена; изложение отличается слабой аргументацией; работа не выстроена логически; недостаточно используется научная терминология; выводы тривиальны; имеются существенные недостатки в оформлении.

Если большинство изложенных требований к докладу не соблюдено, то он не засчитывается.

Примерные темы докладов

- 1.Безопасность как социальное явление.
- 2.Понятие безопасности, общественной безопасности и психологической безопасности.
- 3.Национальная, экономическая, экологическая, военная, информационная и комплексная безопасность. Их взаимосвязь с психологической безопасностью.
- 4.Уровни обеспечения психологической безопасности.
- 5.Объекты, субъекты, средства, стратегии и способы обеспечения психологической безопасности.
- 6.Нормативный подход к системе управления безопасностью.
- 7.Основные принципы и стратегии психологической безопасности.
- 8.Источники угроз психологической безопасности. Основные способы их определения.
- 9.Культура обеспечения психологической безопасности.
- 10.Социально-психологическая безопасность личности: состояние и проблемы.
- 11.Психология манипуляций–основная угроза социально-психологической безопасности личности.
- 12.Тайное принуждение личности как социально-психологическое явление.
- 13.Возможности человека и психологическая защита личности. Виды психологической защиты.
- 14.Психологический настрой населения и уровень конфликтогенности общества как индикаторы состояния психологической безопасности личности.
- 15.Общественное мнение, его структура и механизм манипуляции морально-психологическим состоянием общества.

МЕТОДИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ ПО КОНСПЕКТИРОВАНИЮ ПЕРВОИСТОЧНИКОВ

Конспектирование – процесс мысленной переработки и письменной фиксации информации, в виде краткого изложения основного содержания, смысла какого-либо текста.

Результат конспектирования – запись, позволяющая конспектирующему немедленно или через некоторый срок с нужной полнотой восстановить полученную информацию. Конспект в переводе с латыни означает «обзор». По существу его и составлять надо как обзор, содержащий основные мысли текста без подробностей и второстепенных деталей. Конспект носит индивидуализированный характер: он рассчитан на самого автора и поэтому может оказаться малопонятным для других.

Для того чтобы осуществлять этот вид работы, в каждом конкретном случае необходимо грамотно решить следующие задачи:

1. Сориентироваться в общей композиции текста (уметь определить вступление, основную часть, заключение).
2. Увидеть логико-смысловую канву сообщения, понять систему изложения автором информации в целом, а также ход развития каждой отдельной мысли.

3. Выявить «ключевые» мысли, т. е. основные смысловые вехи, на которые «нанизано» все содержание текста.

4. Определить детализирующую информацию.

5. Лаконично сформулировать основную информацию, не перенося на письмо все целиком и дословно.

Во всяком научном тексте содержится информация 2-х видов: основная и вспомогательная. Основной является информация, имеющая наиболее существенное значение для раскрытия содержания темы или вопроса. К ней относятся: определения научных понятий, формулировки законов, теоретических принципов и т. д. Назначение вспомогательной информации – помочь читателю лучше усвоить предлагаемый материал. К этому типу информации относятся разного рода комментарии. Основную – записываем как можно полнее, вспомогательную, как правило, опускаем. Содержание конспектирования составляет переработка основной информации в целях ее обобщения и сокращения. Обобщить – значит представить ее в более общей, схематической форме, в виде тезисов, выводов, отдельных заголовков, изложения основных результатов и т. п. Читая, мы интуитивно используем некоторые слова и фразы в качестве опорных. Такие опорные слова и фразы называются ключевыми. Ключевые слова и фразы несут основную смысловую и эмоциональную нагрузку содержания текста.

Выбор ключевых слов – это первый этап смыслового свертывания, смыслового сжатия материала.

Важными требованиями к конспекту являются наглядность и обозримость записей и такое их расположение, которое давало бы возможность уяснить логические связи и иерархию понятий.

По форме конспекты подразделяются на формализованные и графические.

1. Формализованные (все записи вносятся в заранее подготовленные таблицы).

Это удобно, во-первых, при конспектировании материалов, когда перечень характеристик описываемых предметов или явлений более или менее постоянен, во-вторых, при подготовке единого конспекта по нескольким источникам. Особенно если есть необходимость сравнения отдельных данных. Разновидностью формализованного конспекта является запись, составленная в форме ответов на заранее подготовленные вопросы, обеспечивающие исчерпывающие характеристики однотипных предметов или явлений.

2. Графические (элементы конспектируемой работы располагаются в таком виде, при котором видна иерархия понятий и взаимосвязь между ними).

По каждой работе может быть не один, а несколько графических конспектов, отображающих книгу в целом и отдельные ее части. Ведение графического конспекта – наиболее совершенный способ изображения внутренней структуры книги, а сам этот процесс помогает усвоению ее содержания.

Можно выделить следующие основные типы конспектов: **плановый, текстуальный, сводный, тематический.**

Плановый – легко получить с помощью предварительно сделанного плана произведения, каждому вопросу плана отвечает определенная часть конспекта:

а) вопросно-ответный (на пункты плана, выраженные в вопросительной форме, конспект дает точные ответы);

б) схематичный плановый конспект (отражает логическую структуру и взаимосвязь отдельных положений).

Текстуальный – это конспект, созданный в основном из цитат.

Сводный конспект – сочетает выписки, цитаты, иногда тезисы; часть его текста может быть снабжена планом.

Тематический – дает более или менее исчерпывающий ответ (в зависимости из числа привлеченных источников и другого материала, например, своих же записей) на поставленный вопрос – тему: обзорный; хронологический.

Роль конспекта – чисто учебная: он помогает зафиксировать основные понятия и положения первичного текста и в нужный момент их воспроизвести, например, при написании доклада или подготовке к экзамену.

Способы конспектирования.

- **Тезисы** – это кратко сформулированные основные мысли, положения изучаемого материала. Тезисы лаконично выражают суть читаемого, дают возможность раскрыть содержание. Приступая к освоению записи в виде тезисов, полезно в самом тексте отмечать места, наиболее четко формулирующие основную мысль, которую автор доказывает (если, конечно, это не библиотечная книга). Часто такой отбор облегчается шрифтовым выделением, сделанным в самом тексте.

- **Линейно-последовательная запись текста.** При конспектировании линейно – последовательным способом целесообразно использование плакатно-оформительских средств, которые включают в себя следующие:

- сдвиг текста конспекта по горизонтали, по вертикали;
- выделение жирным (или другим) шрифтом особо значимых слов;
- использование различных цветов;
- подчеркивание;
- заключение в рамку главной информации.

- **Способ «вопросов – ответов».** Он заключается в том, что, поделив страницу тетради пополам вертикальной чертой, конспектирующий в левой части страницы самостоятельно формулирует вопросы или проблемы, затронутые в данном тексте, а в правой части дает ответы на них.

Одна из модификаций способа «вопросов – ответов» - таблица, где место вопроса занимает формулировка проблемы, поднятой автором (лектором), а место ответа – решение данной проблемы. Иногда в таблице могут появиться и дополнительные графы: например, «мое мнение» и т. п.

- **Схема с фрагментами** – способ конспектирования, позволяющий ярче выявить структуру текста, - при этом фрагменты текста (опорные слова, словосочетания, пояснения всякого рода) в сочетании с графикой помогают созданию рационально - лаконичного конспекта.

- **Простая схема** – способ конспектирования, близкий к схеме с фрагментами, объяснений к которой конспектирующий не пишет, но должен уметь давать их устно. Этот способ требует высокой квалификации конспектирующего. В противном случае такой конспект нельзя будет использовать.

- **Параллельный способ** конспектирования. Конспект оформляется на двух листах параллельно или один лист делится вертикальной чертой пополам и записи делаются в правой и в левой части листа.

Однако лучше использовать разные способы конспектирования для записи одного и того же материала.

Комбинированный конспект – вершина овладения рациональным конспектированием. При этом умело используются все перечисленные способы, сочетая их в одном конспекте (один из видов конспекта свободно перетекает в другой в зависимости от конспектируемого текста, от желания и умения конспектирующего). Именно при комбинированном конспекте более всего проявляется уровень подготовки и индивидуальность студента.

Принципы составления конспекта прочитанного.

1. Записать все выходные данные источника: автор, название, год и место издания. Если текст взят из периодического издания (газеты или журнала), то записать его название, год, месяц, номер, число, место издания.

2. Выделить поля слева или справа, можно с обеих сторон. Слева на полях отмечаются страницы оригинала, структурные разделы статьи или книги (названия

параграфов, подзаголовки и т. п.), формулируются основные проблемы. Справа – способы фиксации прочитанной информации.

Один из видов чтения – углубленное – предполагает глубокое усвоение прочитанного и часто сохранение информации в целях последующего обращения к ней. Эффективность такого чтения повышается, если прочитанное зафиксировано не только в памяти, но и на бумаге. Психологи утверждают, что записанное лучше и полнее усваивается, прочнее откладывается в памяти. Установлено, что если прочитать 1000 слов и затем записать 50, подытоживающих прочитанное, то коэффициент усвоения будет выше, чем, если прочитать 10000 слов, не записав ни одного. Кроме того, при записи прочитанного формируется навык свертывания информации. И, наконец, чередование чтения и записывания уменьшает усталость, повышает работоспособность и производительность умственного труда.

1. Резюмирование.

Резюме – краткий итог прочитанного, содержащий его оценку. Резюме характеризует основные выводы книги, главные итоги.

Выбор языковых средств для построения резюме-выводов подчинен основной задаче свертывания информации: минимум языковых средств – максимум информации. Это обычно одно – три четких, кратких, выразительных предложения, раскрывающих, по мнению автора, самую суть описываемого объекта.

2. Аннотация.

Аннотация – краткая обобщенная характеристика печатной работы (книги, статьи), включающая иногда и его оценку. Это наикратчайшее изложение содержания первичного документа, дающее общее представление о теме.

Основное ее назначение – дать некоторое представление о книге (статье, научной работе) с тем, чтобы рекомендовать ее определенному кругу читателей или воспользоваться своими записями при выполнении работы исследовательского, реферативного характера. Поэтому аннотации не требуют изложения содержания произведения, в ней лишь перечисляются вопросы, которые освещены в первоисточнике (содержание этих вопросов не раскрывается). Аннотация отвечает на вопрос: «О чем говорится в первичном тексте?», дает представление только о главной теме и перечне вопросов, затрагиваемых в тексте первоисточника.

Текст аннотации не стандартизирован. В научной литературе можно встретить различные требования к составлению аннотаций. Например, текст справочной аннотации может включать следующие сведения:

- тип и название аннотируемого документа (монография, диссертация, сборник, статья и т. п.)
- задачи, поставленные автором аннотируемого документа
- метод, которым пользовался автор (эксперимент, сравнительный анализ, компиляция других источников)
- принадлежность автора к определенной научной школе или направлению
- структуру аннотируемого документа
- предмет и тему произведения, основные положения и выводы автора
- характеристику вспомогательных иллюстративных материалов, дополнений, приложений, справочного аппарата, включая указатели и библиографию [Методические рекомендации по составлению конспекта, аннотации, написанию доклада. <http://pandia.ru/text/78/346/1343.php>].

Форма отчетности о результатах самостоятельной работы по дисциплине

- собеседование
- текст доклада
- конспект

Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература

Белашева, И. В. Технологии формирования модели безопасного поведения: учебное пособие (курс лекций) / И.В. Белашева, Д.А. Ершова, М.Л. Есян; Министерство образования и науки РФ; Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь: СКФУ, 2017. - 165 с.: ил. - <http://biblioclub.ru/>. - Библиогр. в кн, экземпляров неограничено

Дополнительная литература

Шуванов, И.Б. Теоретико-методологические вопросы психологии безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / С.Н. Тесля / В.И. Шаповалов / И.Б. Шуванов. - Саратов: Вузовское образование, 2017. - 165 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks., экземпляров неограничено

Шарипова, М.Н. Психология безопасности Электронный ресурс: учебное пособие / Е.Э. Савченкова / Е.Л. Горшенина / М.Н. Шарипова. - Оренбург: Оренбургский государственный университет, ЭБС АСВ, 2017. - 138 с. - Книга находится в базовой версии ЭБС IPRbooks. - ISBN 978-5-7410-1626-8, экземпляров неограничено

Интернет-ресурсы

<http://eLibrary.ru/> - Научная электронная библиотека

www URL: <http://www.biblioclub.ru/> - Электронная библиотечная система «Университетская библиотека онлайн»