



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

Министерство науки и высшего образования Российской Федерации

ИВАНОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

Кафедра физической культуры и безопасности жизнедеятельности

ОДОБРЕНО

Руководитель ОП

_____ **С.В. Кузьмин**

29 августа 2024 г.

Рабочая программа дисциплины

Основы экстренной психологической помощи

Уровень высшего образования:	бакалавриат
Квалификация выпускника:	бакалавр
Направление подготовки:	44.03.02 Психолого-педагогическое образование
Направленность (профиль) образовательной программы:	Психология образования

Иваново



1. Цели освоения дисциплины

Цели соответствуют видам профессиональной деятельности, установленных ФГОС ВО и заключается в рассмотрении общих принципов анализа и построения психокоррекционных мероприятий в рамках оказания экстренной психологической помощи, а также осуществление практической подготовки обучающихся посредством выполнения определенных видов работ, связанных с будущей профессиональной деятельностью и направленных на формирование, закрепление, развитие практических навыков и компетенций по профилю образовательной программы.

Задачи дисциплины:

1. Рассмотреть основные психологические феномены, связанные с экстренной психологической помощью, в рамках различных теоретических положений.
2. Проанализировать задачи, решаемые психокоррекционными мероприятиями в рамках кризисного консультирования.
3. Ознакомиться с основными принципами и стратегиями кризисного консультирования в индивидуальной и групповой работе.

2. Место дисциплины в структуре ОП

Дисциплина «Основы экстренной психологической помощи» относится к части, формируемой участниками образовательных отношений, дисциплины по выбору.

Изучение данной дисциплины базируется на освоении студентами дисциплин «Общая и экспериментальная психология», «Психология личности и возрастная психология», «Социальная психология», др.

Для освоения данной дисциплины обучающийся должен:

Знать: особенности социального взаимодействия;

Уметь: использовать психолого-педагогические технологии в профессиональной деятельности, необходимые для индивидуализации обучения, развития, воспитания, в том числе обучающихся с особыми образовательными потребностями;

Владеть: психолого-педагогическими технологиями профессиональной деятельности.

Дисциплина «Основы экстренной психологической помощи» призвана заложить основы и послужить теоретической базой для работы над выпускной квалификационной работой и успешного прохождения преддипломной практики.

3. Планируемые результаты обучения по дисциплине

3.1. Компетенции, формированию которых способствует дисциплина

При освоении дисциплины формируются следующие компетенции в соответствии с ФГОС ВО по данному направлению подготовки:

в) профессиональные (ПК):

ПК-2 Способен применять стандартные методы и технологии, позволяющие решать коррекционно-развивающие и профилактические задачи с обучающимися на основе результатов психологической диагностики;

ПК-7 Способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

3.2. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с индикаторами достижения формируемых компетенций

Задача профессиональной деятельности	Код и наименование профессиональной компетенции	Код и наименование индикатора достижения профессиональной компетенции	Основание (ПС, анализ опыта)
Психологическая оценка комфортности и безопасности образовательной среды образовательных организаций	ПК-2 Способен применять стандартные методы и технологии, позволяющие решать коррекционно-развивающие и профилактические задачи с обучающимися на основе результатов психологической диагностики	ПК-2.1 Приводит объяснение способов оценки программ развития образовательной организации с целью определения комфортности и безопасности образовательной среды образовательных организаций	знать: процедуры и техники кризисного консультирования, особенности различных категорий воспитуемых, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях; способы осуществления контроля кризисных ситуаций и оказания экстренной психологической помощи, - способы психологической защиты личности; - методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния в условиях оказания экстренной психологической помощи и кризисного консультирования уметь: применять процедуры и техники кризисного консультирования; определить особенности различных категорий воспитуемых, в том числе в сложных
		ПК-2.2 Демонстрирует способы проведения консультаций педагогов и преподавателей при выборе образовательных технологий с учетом индивидуальных психологических особенностей и образовательных потребностей обучающихся	
		ПК-2.3 Демонстрирует способы психологической поддержки педагогов и преподавателей в проектной деятельности по совершенствованию образовательного процесса	



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

			социально-педагогических ситуациях; осуществлять контроль кризисных ситуаций и оказывать экстренную психологическую помощь. - применять способы психологической защиты личности; - использовать методы эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния в условиях оказания экстренной психологической помощи и кризисного консультирования Иметь практический опыт/Иметь навыки: - навыками применения процедур и техник кризисного консультирования; инструментарием для определения особенности различных категорий воспитуемых, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях; - навыками осуществления контроля за ходом кризисных ситуаций и средствами оказания экстренной психологической помощи, - навыками психологической защиты личности;
--	--	--	--



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

			методами эмоциональной и когнитивной регуляции для оптимизации собственной деятельности и психологического состояния в условиях оказания экстренной психологической помощи и кризисного консультирования
Коррекционно-развивающая работа с детьми и обучающимися в том числе работа по восстановлению и реабилитации	ПК-7 Способен использовать здоровьесберегающие технологии в профессиональной деятельности, учитывать риски и опасности социальной среды и образовательного пространства.	ПК-7.1 Демонстрирует способы планирования и разработки коррекционно-развивающих занятий для обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решения проблем в сфере общения и в поведении	знать: - процедуры и техники кризисного консультирования, особенности различных категорий воспитуемых, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях; - способы осуществления контроля кризисных ситуаций и оказания экстренной психологической помощи. уметь: применять процедуры и техники кризисного консультирования; определить особенности различных категорий воспитуемых, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях; осуществлять контроль кризисных ситуаций и
		ПК-7.2 Демонстрирует алгоритм подбора методов и способов проведения исследования хода психического развития обучающихся на различных уровнях образования различных образовательных учреждений;	
		ПК-7.3 Демонстрирует способы проведения коррекционных занятий с обучающимися;	



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

		ПК-7.4 Оценивает эффективность коррекционно-развивающих занятий для обучающихся, направленных на развитие интеллектуальной, эмоционально-волевой сферы, познавательных процессов, снятие тревожности, решения проблем в сфере общения и в поведении	оказывать экстренную психологическую помощь. Иметь практический опыт/Иметь навыки: - навыками применения процедур и техник кризисного консультирования; инструментарием для определения особенности различных категорий воспитуемых, в том числе в сложных социально-педагогических ситуациях; - навыками осуществления контроля за ходом кризисных ситуаций и средствами оказания экстренной психологической помощи.
--	--	---	---

4. Объем и содержание дисциплины

Объем дисциплины составляет 2 зачетных единицы (72 академических часа)

4.1. Содержание дисциплины по разделам (темам), соотнесенное с видами и трудоемкостью занятий семинарского типа

Объем иной контактной работы и самостоятельной работы обучающегося по дисциплине указан в учебном плане образовательной программы.

№ п/п	Разделы (темы) дисциплины	Семестр	Виды занятий, их объем (в ак. часах, по очной форме обучения)		Формы текущего контроля успеваемости (по очной форме обучения) Формы промежуточной аттестации
			Занятия лекционного типа	Занятия семинарского типа	
1.	Предмет, задачи и история становления кризисной психологии, система понятий	8		8 прак. занятие	Устный опрос, практическая работа
2.	Человек в ситуации стресса	8		8 прак. занятие	Практическая работа
3.	Психическая травма	8		8	Практическая работа,



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

				прак. занятие	тестирование,
4.	Человек после травмы	8		8 прак. занятие	Практическая работа, кейс-задание
5.	Стратегия, принципы и методология психологической помощи	8		12 прак. занятие	Практическая работа, кейс-задание
6.	Психологическая помощь в экстремальных и кризисных ситуациях	8		12 прак. занятие	Практическая работа, тестирование, кейс-задание
Итого за семестр:				56	Зачет

Примечание: У – устный опрос, Т – тестирование, ПР – практическая работа, К-кейс-задания

4.2. Развернутое описание содержания дисциплины по разделам (темам)

№	Наименование раздела	Содержание раздела
1	Предмет, задачи и история становления кризисной психологии, система понятий	Практическое занятие 1-2. Тема: Служба экстренной психологической помощи: понятие, цели ее организация и особенности. - История создания службы экстренной психологической помощи, необходимость ее появления и развития. - Задачи, стоящие перед службой. - Преимущества службы экстренной психологической помощи перед традиционным психологическим консультированием. - Характеристика необходимых составляющих компонентов службы экстренной психологической помощи. Практическое занятие 3-4. Тема: Служба экстренной психологической помощи: понятие, цели ее организация и особенности. - Подходы к телефонному консультированию, отличие консультирования в службе экстренной психологической помощи от традиционного психологического консультирования. - Требования, предъявляемые к профессиональным и личностным качествам волонтеров службы экстренной психологической помощи. - Классификация типов абонентов, обращающихся за помощью в службу экстренной психологической помощи.
2	Человек в ситуации стресса	Практическое занятие 5-6 Тема: Понятие кризиса в жизни человека. Травматический кризис. - Понятие кризиса. - Виды кризисов. - Психологические и клинические последствия психотравм. - Диагностика в кризисном консультировании: специфика, принципы, методический инструментарий.



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

		Практическое занятие 7-8. Тема: Психология поведения человека в напряженных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях. 1. Переживание и поведение людей в напряженных и экстремальных ситуациях. 2. Внешние и внутренние факторы эмоциогенности профессиональных и жизненных напряженных и экстремальных ситуаций. 3. Первичные реакции человека на напряженные и экстремальные ситуации. 4. Влияние экстремальных ситуаций на познавательные процессы человека. 5. Типы поведения человека в напряженных и экстремальных ситуациях (напряженный, агрессивно-бесконтрольный, прогрессивный, тормозной, трусливый). 6. Психология страха.
3	Психическая травма	Практическое занятие 9-10. Тема: Психология поведения человека в напряженных, экстремальных и чрезвычайных ситуациях. 1. Стихийное массовое поведение людей в экстремальных ситуациях и его характеристики. 2. Групповое поведение людей в чрезвычайной ситуации. 3. Негативное, патологическое поведение человека в ЧС. 4. Психофизиологические механизмы паники. 5. Цикл панического поведения. 6. Классификация паники по ее деструктивным последствиям. Практическое занятие 11-12. Тема: Технологии контактного и дистантного консультирования пострадавших. 1. Основные техники работы с абонентами, пережившими экстренную ситуацию: семейное и семейное насилие, стресс. 2. Основные техники работы с абонентами, пережившими экстренную ситуацию: посттравматический синдром, суицидальные попытки. 3. Групповое сопровождение: дебрифинг, группы поддержки, группы взаимопомощи. 4. Индивидуальное сопровождение: десенсибилизация, работа с образом и телесными симптомами. 5. Интеграция и контекстуализация травматического опыта. 6. Рефлексия профессиональной позиции консультанта.
4	Человек после травмы	Практическое занятие 13-14. Тема: Патопсихология и психопатология экстремальных состояний. 1. Психопатология кризисных и экстремальных состояний. 2. Синдромодинамика стресса осознания. 3. Психопатологическая эволюция личности лиц в экстремальных состояниях.



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

		4. Аутистическая трансформация личности. 5. Психосоматическая и токсиманическая эволюция. Практическое занятие 15-16. Тема: Патопсихология и психопатология экстремальных состояний. 1. Патопсихологические аспекты состояния, поведения и деятельности жертв экстремальных ситуаций. 2. Патопсихологические синдромы у психопатических личностей в экстремальных жизненных ситуациях. 3. Стресс как пусковой механизм психоза.
5	Стратегия, принципы и методология психологической помощи	Практическое занятие 17-18. Тема: Психологическая помощь в экстремальных и кризисных ситуациях. 1. Экстремальная подготовленность человека. 2. Само- и взаимопомощь пострадавшим в экстремальной ситуации. 3. Организация комплексной помощи пострадавшим в экстремальных ситуациях разного типа. 4. Основные направления психологической помощи пострадавшим детям и их родителям. 5. Психологическая поддержка специалистов, работающих в кризисных ситуациях. Практическое занятие 19-20. Тема: Психодиагностика экстремальных состояний в практике психологического консультирования. 1. Тестирование в практике психологического консультирования. 2. Показания к использованию тестов в процессе консультирования. Практическое занятие 21-22. Тема: Психодиагностика экстремальных состояний в практике психологического консультирования. 1. Требования к применяемым тестам. 2. Процедура сообщения клиенту результатов тестирования. 3. Психодиагностика экстремальных состояний проективными методами.
6	Психологическая помощь в экстремальных и кризисных ситуациях	Практическое занятие 23-24. Тема: Профессиональная подготовка консультанта службы экстренной психологической помощи. 1. Профессионально важные качества консультанта. 2. Признаки и причины эмоционального выгорания консультанта при работе на телефоне доверия. 3. Пути и методы профилактики эмоционального выгорания. 4. Организация психологической безопасности деятельности консультанта службы экстренной психологической помощи.



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

		Практическое занятие 25-26. Тема: Процесс консультирования в службе экстренной психологической помощи. 1. Основные этапы проведения консультации на телефоне доверия. 2. Первичная и вторичная психодиагностика в процессе консультации. Практическое занятие 27-28. Тема: Процесс консультирования в службе экстренной психологической помощи. 1. Позиции консультанта во время телефонного разговора с абонентом. 2. Запрещенные приемы и ошибки разговора, случаи отказа абоненту.
--	--	---

5. Образовательные технологии

При реализации различных видов учебных занятий используются следующие образовательные технологии: технология проблемного обучения, проектная, рейтинговая, технология развития, технология учебной дискуссии, игровые технологии. Проектная технология используется на занятии по выполнению творческого проекта по пропаганде ЗОЖ. Игровая технология применяется для отработки навыков первой помощи в ходе деловых игр.

Перечень информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине: технологии смешанного обучения, мультимедиа технологии.

6. Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы обучающихся

Самостоятельная работа студентов обеспечивается посредством работы в системе электронной поддержки образовательного процесса «Мой университет» <https://uni.ivanovo.ac.ru>, где размещены методические материалы.

Полностью весь методический материал по обеспечению самостоятельной работы студентов приведён в Приложении 1 к рабочей программе.

7. Характеристика оценочных средств для текущего контроля успеваемости и промежуточной аттестации обучающихся по дисциплине

Для проверки знаниевой составляющей компетенций, формируемых в рамках дисциплины «Основы экстренной психологической помощи» в фонде оценочных средств предусмотрены:

- вопросы для устного собеседования (опроса).

Для проверки деятельностной составляющей компетенций, формируемых в рамках дисциплины «Основы экстренной психологической помощи» в фонде оценочных средств размещены

- деятельностные (аутентичные) оценочные задания, в том числе кейсы, имитационное разыгрывание ролей;

- профессионально-ориентированные проектные задания.

Конкретные задания, выносимые для проведения текущего контроля и промежуточную аттестации по дисциплине, представлены в фонде оценочных средств (Приложение 2).

Форма проведения зачета: использование рейтинговой оценки.



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

Критерии оценки: «зачтено» - при рейтинге выше или равно 56 баллов, «не зачтено» - при рейтинге ниже 56 баллов.

8. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины

Основная литература:

1. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психодиагностика и психологическая помощь [Электронный ресурс] : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2013. - 142 с. - ISBN 978-5-288-05451-8 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458104>.

2. Психология кризисных и экстремальных ситуаций: психическая травматизация и ее последствия [Электронный ресурс] : учебник / Санкт-Петербургский государственный университет ; под общ. ред. Н.С. Хрустальной. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2014. - 372 с. - ISBN 978-5-288-05583-6 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458105>.

Дополнительная литература:

1. Гуревич, П.С. Психология чрезвычайных ситуаций [Электронный ресурс] : учебное пособие / П.С. Гуревич. - Москва : Юнити-Дана, 2015. - 495 с. - (Актуальная психология). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-238-01246-9; URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=118127>

2. Пономарева, И. М. Работа психолога в кризисных службах [Электронный ресурс] : 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. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=277347>.
32.

3. Психология экстремальных и чрезвычайных состояний [Электронный ресурс] : учебное пособие / И.В. Белашева, А.В. Суворова, И.Н. Польшакова и др. ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2016. - 262 с. : ил. - Библиогр. в кн. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458913>

4. Психосоциальная работа с пострадавшими в экстремальных ситуациях / авт.-сост. И.В. Черникова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Федеральное государственное автономное образовательное учреждение высшего профессионального образования «Северо-Кавказский федеральный университет». - Ставрополь : СКФУ, 2015. - 140 с. : ил. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=458278> (дата обращения: 19.10.2019). - Библиогр.: с. 84-85. - Текст : электронный.

5. Цветкова, Л.А. Групповая работа с детьми и подростками : [16+] / Л.А. Цветкова, Т.Г. Яничева ; Санкт-Петербургский государственный университет. - Санкт-Петербург : Издательство Санкт-Петербургского Государственного Университета, 2016. - 56 с. - Режим доступа: по подписке. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=457936> (дата обращения: 19.10.2019). - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-288-05689-5. - Текст : электронный.

6. Шарипова, М.Н. Психология безопасности [Электронный ресурс] : учебное пособие для практических занятий / М.Н. Шарипова, Е.Л. Горшенина, Е.Э. Савченкова ; Министерство образования и науки Российской Федерации, Оренбургский Государственный Университет. -



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

Оренбург : ОГУ, 2017. - 138 с. : табл. - Библиогр.: с. 132-133. - ISBN 978-5-7410-1626-8 - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=481809>

Профессиональные базы данных и информационно-справочные системы:

1. ЭБС «Университетская библиотека онлайн» [www.biblioclub.ru;](http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka)
<http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/ebs-universitetskaya-biblioteka>
2. Электронная библиотека ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/polnotekstovye-resursy/elibnew>
3. Электронный каталог НБ ИвГУ <http://lib.ivanovo.ac.ru/index.php/ek>
4. СПС «КонсультантПлюс»

Программное обеспечение: операционная система Microsoft Windows, пакет офисных программ Microsoft Office и(или) LibreOffice, интернет-браузер Microsoft Edge и(или) Yandex Browser.

9. Материально-техническое обеспечение дисциплины

Учебные аудитории:

- для проведения занятий лекционного типа с комплектом специализированной учебной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для предоставления учебной информации большой аудитории;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения;
- для проведения занятий семинарского типа, консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, с комплектом специализированной учебной мебели и техническими средствами обучения.

Помещение для самостоятельной работы, оснащенное комплектом специализированной учебной мебели, компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в ЭИОС.



Основная профессиональная образовательная программа
44.03.02 Психолого-педагогическое образование
(Психология образования)

Автор-составитель **рабочей** **программы** **дисциплины:**
Доцент кафедры доцент кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности
Руженский В.И.

Программа рассмотрена и утверждена на заседании кафедры доцент кафедры физической культуры и безопасности жизнедеятельности «29» августа 2023 г., протокол № 1

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 1 от «29» августа 2024 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ / Кузьмин С.В.
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 1 от «27» августа 2025 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ / Кузьмин С.В.
(подпись)

Программа обновлена
протокол заседания кафедры № 1 от «28» августа 2026 г.

Согласовано:

Руководитель ОП _____ / Кузьмин С.В.
(подпись)