



**АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ИНСТИТУТ МЕЖДУНАРОДНЫХ ЭКОНОМИЧЕСКИХ СВЯЗЕЙ»**

**INSTITUTE OF INTERNATIONAL ECONOMIC RELATIONS**

Принята на заседании  
Учёного совета ИМЭС  
(протокол от 28 марта 2024 г. № 8)

**УТВЕРЖДАЮ**  
Ректор ИМЭС Ю.И. Богомолова  
28 марта 2024 г.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ**

**ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ**

по направлению подготовки  
37.03.01 Психология

Направленность (профиль) «Конфликтология»

Москва – 2024

*Приложение 4  
к основной профессиональной образовательной программе  
по направлению подготовки 37.03.01 Психология,  
направленность (профиль) «Конфликтология»*

**Программу составил(а):** Шипилова Я. В.

Рабочая программа дисциплины «Психология безопасности» входит в состав основной профессиональной образовательной программы высшего образования по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) «Конфликтология» и предназначена для обучающихся очно-заочной формы обучения.

## СОДЕРЖАНИЕ

1. Цели задачи дисциплины .....	4
2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования.....	4
3. Объем дисциплины в зачетных единицах и академических часах с указанием количества академических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся.....	4
4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы.....	5
5. Содержание дисциплины .....	6
6. Структура дисциплины по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	10
7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы и текущего контроля обучающихся по дисциплине .....	10
8. Перечень вопросов и типовые задания для подготовки к промежуточной аттестации ..	13
9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины .....	16
10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости).....	16
11. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины .....	17
12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине .....	19

## 1. Цели задачи дисциплины

**Цель учебной дисциплины** – углубление и расширение теоретических знаний и профессиональных компетенций в области психологической безопасности, представлений об источниках психологических угроз, способах противодействия психологическим влияниям и развитие психологической устойчивости в различных критических обстоятельствах, знакомство с основными концепциями отечественных и зарубежных психологов.

### **Задачи учебной дисциплины:**

- овладение языком и понятийным аппаратом психологии безопасности;
- знакомство студентов с основными теоретическими и прикладными направлениями отечественных и зарубежных исследований в области психологии безопасности;
- формирование умений и навыков психологического анализа условий жизнедеятельности с позиций опасности - безопасности;
- формирование знаний и умений по оказанию психологической помощи пострадавшим в критических и экстремальных ситуациях.

## 2. Место дисциплины в структуре основной профессиональной образовательной программы высшего образования

Дисциплина «Психология безопасности» входит в обязательную часть учебного плана по направлению подготовки 37.03.01 Психология, направленность (профиль) «Конфликтология».

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

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетные единицы, всего – 108 часов.

<b>Вид учебной работы</b>	<b>Всего часов</b>
<b>Контактная работа с преподавателем (всего)</b>	<b>42</b>
В том числе:	
Занятия лекционного типа	28
Занятия семинарского типа (семинары)	14
<b>Самостоятельная работа (всего)</b>	<b>66</b>
Форма контроля	Зачет с оценкой
<b>Общая трудоёмкость дисциплины</b>	<b>108</b>

**4. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с планируемыми результатами освоения основной профессиональной образовательной программы**

Код и наименование (при наличии) компетенции	Код и наименование индикаторов достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине
<p><b>Безопасность жизнедеятельности УК-8</b> Способен создавать и поддерживать в повседневной жизни и в профессиональной деятельности безопасные условия жизнедеятельности для сохранения природной среды, обеспечения устойчивого развития общества, в том числе при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций и военных конфликтов.</p>	<p>ИУК 8.1 Имеет представление о безопасных условиях жизнедеятельности для сохранения природной среды и обеспечения устойчивого развития общества. ИУК 8.2 Анализирует риск в разных сферах деятельности человека для обеспечения его безопасности. ИУК 8.3 Обеспечивает создание и поддержание безопасных условий жизнедеятельности.</p>	<p><b>Знать:</b> факторы вредного влияния элементов среды обитания (технических средств, технологических процессов, материалов, зданий и сооружений, природных и социальных явлений; классификацию ЧС, способы предотвращения ЧС; правила поведения при возникновении чрезвычайных ситуаций природного и техногенного происхождения. <b>Уметь:</b> анализировать риски при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности. <b>Владеть:</b> навыками формирования безопасных условий жизнедеятельности.</p>
<p><b>Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация) ОПК-5</b> Способен выполнять организационную и техническую работу в реализации конкретных мероприятий профилактического, развивающего, коррекционного или реабилитационного характера.</p>	<p>ИОПК 5.1 Умеет организовывать мероприятия по оказанию психологической помощи. ИОПК 5.2 Применяет стандартные программы психологического сопровождения, развития и коррекции в основных областях деятельности психолога.</p>	<p><b>Знать:</b> последствия воздействия критических ситуаций на личность; психотерапевтические методы оказания помощи людям для формирования психологической безопасности. <b>Уметь:</b> определять методы и приемы оказания психологической помощи. <b>Владеть:</b> навыками применения программ оказания психологической помощи в различных ситуациях.</p>

## 5. Содержание дисциплины

Наименование тем (разделов)	Содержание тем (разделов)
<p>Раздел 1. Психология безопасности как наука</p>	<p><b>Тема 1. Объект психологии безопасности. Многообразие предмета психологии безопасности.</b> Рост интереса к проблемам безопасности и безопасного существования человека в современном мире. Понятия безопасности и психологической безопасности. Сущность психологии безопасности как новой отрасли психологии. Объекты психологии безопасности. Многообразие предмета психологии безопасности. Критерии психологической безопасности. Основания классификации угроз личности, характеристика угроз: по универсальности, по времени действия, по способу действия, по степени опасности, по возможности предотвращения, по степени вероятности, по источникам возникновения. Тактики поведения человека в ответ на ситуации опасности. Источники угроз безопасности. Факторы и причины угроз психологической безопасности личности.</p> <p><b>Тема 2. История рассмотрения феномена безопасности в социальных науках.</b> Рассмотрение понятия безопасности в зарубежных теориях (Мелани Кляйи, Карен Хорни, Джои Боулби, М. Спиро, Эрик Эриксон, Рональд Лэйнг, Курт Гольдштейн, Абрахам Маслоу, К. Роджерс, Микаэл Балинт и др.), понятие опасности в теории З. Фрейда. Стремление человека к безопасности в теории Гарри Стека Салливана. Конфликт между стремлением к свободе и стремлением к безопасности в теории Эрика Фромма. Рассмотрение проблемы психологии безопасности человека в современной научной мысли российских психологов.</p> <p><b>Тема 3. Психология безопасности в междисциплинарном пространстве</b> Категориальный аппарат психологии безопасности (психологическая безопасность, информационно-психологическая безопасность, информационная среда, риск, психологическая защищенность, психологическая защита, психологическая устойчивость). Междисциплинарность и над дисциплинарность психологии безопасности. Семь составных безопасности человека в программе по развитию ООП (второй раздел ежегодного отчета о развитии человечества за 1994 г.: «Новые измерения безопасности человека»: экономическая безопасность, продовольственная безопасность, безопасность здоровья, экологическая безопасность, личная безопасность, безопасность общества, политическая безопасность. Безопасность с точки зрения психологии, экономики, экологии и социологии. Интерпретация феномена безопасности в экономическом, информационном, экологическом, социологическом, правовом подходах.</p>

<p>Раздел 2. Личность как субъект психологической безопасности</p>	<p><b>Тема 4. Безопасность личности в информационном обществе</b></p> <p>Сущность понятий информационной безопасности, информационного общества, информационных технологий. Проблемы взаимодействия человека и информационной среды: социальная неопределенность, проблема идентичности, проблема адаптации к информационному обществу, свобода доступа к информации и свобода ее распространения, манипулирование сознанием. Угрозы информационной безопасности: вредоносные программы; вредоносные инсайдеры; социальные сети; социальная инженерия (метод несанкционированного доступа к информационным ресурсам, основанный на особенностях психологии человека); вредоносные программы, против которых еще не разработаны защитные механизмы, или уязвимости, которые не устранены; угрозы, непосредственно относящиеся к облачным технологиям. Информационные угрозы, представляющие опасность для личности: избыток информационной продукции, связанной с сексом; информационная продукция, демонстрирующая насилие и жестокость; невозможность контроля за действиями детей в Интернете; реклама в Интернете; низкий уровень подачи информации; интернет-зависимость. Проблемы, связанные с процессом социализации человека в Интернете (недостовверная и навязчивая информация, нарушение прав человека, проблема изоляции и утраты «Я», вред физическому и психическому здоровью, снижение общего культурного уровня, обесценивание традиционных форм общения, негативные социальные влияния). Критерии информационно-психологической безопасности: цифровая грамотность способность человека эффективно выполнять задачи в информационной среде; моделирование - способность интерпретировать и строить динамические модели процессов реального мира; коммуникативная компетентность; способность к ориентации в информационном пространстве; способность оценивать основные риски, надежность различной информации, безопасно выбирать и применять технологии в разных сферах жизнедеятельности, владение алгоритмом информационно-психологической защиты в различных коммуникативных ситуациях. Средства массовой информации, их влияние на психику человека. Манипулятивные техники и приемы СМИ. Подходы к обеспечению информационно-психологической безопасности личности.</p>
--	--

### **Тема 5. Безопасность личности в экстремальных ситуациях**

Сущность и особенности экстремальных ситуаций. Особенности социального поведения в экстремальных ситуациях. Несовместимость как фактор возникновения межгрупповых конфликтов. Сущность понятия фрустрации. Психические и функциональные состояния человека в экстремальной ситуации: агрессия, страх, двигательное возбуждение, нервная дрожь, плач, истерика, галлюцинации, апатия и др. Этапы, через которых человек проходит, оказавшись в экстремальной ситуации. Толпа как фактор большой опасности при любой чрезвычайной ситуации, особенности поведения людей в толпе. Особенности паники как психологического состояния. Особенности массового психоза. Стратегии поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях: борьба, бегство, бездействие, задержка решения, отказ от действий, стигматизация и др. Экстремальное поведение. Экстремальные виды спорта и причины риска. Виктимное поведение, особенности личностной виктимности. Основные подходы к оказанию психологической помощи

### **Тема 6. Стратегии и механизмы формирования психологической безопасности личности**

Последствия воздействия критических ситуаций на личность: острое стрессовое расстройство; психологическая травма, ее симптомы; психологический кризис: посттравматическое стрессовое расстройство, его симптомы; особенности детских психических травм. Стратегии формирования психологической безопасности: во временном аспекте; опора на религиозные чувства. Психологическая устойчивость как стратегия формирования психологической безопасности. Факторы и условия формирования психологической устойчивости. Копинг-стратегии как актуальные ответы личности на воспринимаемую угрозу, их виды. Методы обеспечения безопасности в образовательной среде. Жизнестойкость как стратегия обеспечения психологической безопасности: состав, характеристики. Роль положительных эмоций, смеха в обеспечении жизнестойкости. Механизмы формирования психологической безопасности: развитие компетентности личности; механизм «свой-чужие»; категоризация мира при помощи бинарной оппозиции «опасный-безопасный»; социально-перцептивный механизм идентификации угроз; механизм гуманизации деятельности; защитный механизм (психологическая защита). Физическая безопасность и методы ее обеспечения. Понятия социальной безопасности и социально-безопасной среды, Психологическая безопасность в межличностном общении, методы обеспечения. Моральная безопасность, методы обеспечения. Психотерапевтические методы оказания помощи людям для формирования психологической безопасности: когнитивно-поведенческая терапия; психодинамическая терапия; системная терапия; интеграционная терапия; психологическое консультирование.



<p>Раздел 3. Психологическая безопасность и общество</p>	<p><b>Тема 7. Социальная стабильность и психологическая безопасность</b> Стабильность как характеристика социальной системы. Влияние уровня социальной стабильности на психологическое состояние граждан страны. Восприятие степени угрозы социальной стабильности у населения. Информационная безопасность как фактор стабильности государства и безопасности граждан. Решения государств Запада о расширении Организации Североатлантического договора (НАТО) как угроза для международной и психологической стабильности и безопасности России. Система социального взаимодействия, детерминирующая общественную стабильность и образ социального развития у населения. Отсутствие внутригрупповой и межгрупповой агрессии как фактор психологической безопасности.</p> <p><b>Тема 8. Современное общество рисков и психологическая безопасность</b> Исследование риска как новая междисциплинарная область научных изысканий. Концептуальное понимание риска как базового фактора организации пространства социального взаимодействия. Подходы к пониманию риска в русле психологической безопасности. Не тождественность риска и угрозы. Трактовки и характеристики риска. Детерминанты эффективности деятельности в условиях риска. Факторы риска (мегасоциальные, мезосоциальные, микросоциальные, личностные). Стрессоустойчивость личности как фактор риска в экстремальной ситуации. Терроризм, захват заложников как факторы риска. Паника и страх как деструктивные эмоции больших групп людей, характерные для массовых явлений. Управление рисками в современном обществе как важнейшее условие обеспечения психологической безопасности личности и социальных групп. Военные конфликты.</p> <p><b>Тема 9. Доверие как фактор социально-безопасного взаимодействия</b> Доверие как ведущее условие и фактор социально-безопасного взаимодействия. Доверие в институциональной сфере и в системе субъект-субъектных отношений. Соотношение доверия и недоверия. Проблема доверия в условиях нестабильности и риска в современном обществе. Значение и особенности доверия населения в финансово-экономической сфере. Структура доверия как фактора социально-системного фактора взаимодействия. Уровни доверия: на уровне личности; в отношениях; на уровне организации; на уровне общества. Проблема взаимосвязи доверия и сотрудничества как задача реализации социально безопасного взаимодействия. Культура доверия как мощный фактор безопасности социума.</p>
--	--

**6. Структура дисциплины по темам с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий**

№ п/п	Наименование тем (разделов) дисциплины	Контактная работа, час.		Самостоятельная работа, час.	Всего, час.
		Занятия лекционного типа	Семинары		
1.	Психология безопасности как наука	8	2	22	32
2.	Личность как субъект психологической безопасности	10	6	22	38
3.	Психологическая безопасность и общество	10	6	22	38
<b>Итого:</b>		<b>28</b>	<b>14</b>	<b>66</b>	<b>108</b>

**7. Перечень учебно-методического обеспечения для самостоятельной работы и текущего контроля обучающихся по дисциплине**

Самостоятельная работа является одним из основных видов учебной деятельности, составной частью учебного процесса и имеет своей целью: глубокое усвоение материала дисциплины, совершенствование и закрепление навыков самостоятельной работы с литературой, рекомендованной преподавателем, умение найти нужный материал и самостоятельно его использовать, воспитание высокой творческой активности, инициативы, привычки к постоянному совершенствованию своих знаний, к целеустремленному научному поиску.

Контроль самостоятельной работы, является важной составляющей текущего контроля успеваемости, осуществляется преподавателем во время лекционных и практических (семинарских) занятий и обеспечивает оценивание хода освоения изучаемой дисциплины.

**Вопросы для самостоятельного изучения**

1. Предмет, задачи и роль безопасности жизнедеятельности в системе наук.
2. Категории, уровни, функции безопасности.
3. Методы исследования безопасности человека.
4. Классификация опасных ситуаций.
5. Психологическая характеристика опасных ситуаций.
6. Понятие и признаки национальной безопасности.
7. Понятие и признаки безопасной власти.
8. Зависимость социальной безопасности от социальной напряженности и социальных конфликтов.
9. Понятие общественной безопасности.
10. Сущность опасности деформации общества
11. Понятие информационной безопасности.
12. Социально-психологические способы обеспечения информационной безопасности.

13. Понятие криминальной опасности.
14. Понятие организационной безопасности.
15. Социально-психологические аспекты обеспечения организационной безопасности.
16. Терроризм и экстремизм как опасные явления.
17. Понятие и особенности военного конфликта.
18. Раскройте общую характеристику принципов и приемов психологического воздействия.
19. Суть посттравматического стрессового расстройства.
20. Понятие и виды опасных психических состояний.
21. Суть саморегуляции поведения и снятия сотрудниками негативных эмоциональных состояний.
22. Особенности современного общения, влияющие на его безопасность.
23. Социально-психологический подход к формированию безопасного поведения личности.
24. Социально-психологические явления, влияющие на опасное поведение личности.
25. Суть депрессии как наиболее распространенного опасного состояния.
26. Зависимости как опасные психические состояния.
27. Алкоголизм, наркомания и табакокурение как наиболее распространенные зависимости.
28. Опишите игровую зависимость как опасное социальное явление.
29. Раскройте профессионально-личностную безопасность сотрудников УИС.
30. Раскройте психологическую характеристику опасных ситуаций в деятельности сотрудников.
31. Основные причины предрасположенности к несчастным случаям в опасных ситуациях профессиональной деятельности.
32. Опишите тактику безопасного поведения сотрудников в опасных ситуациях профессиональной деятельности.
33. Типичные ошибки в действиях сотрудников в опасных ситуациях профессиональной деятельности.
34. Какие специалисты оказывают профессиональную психологическую помощь?
35. Что такое психологическая коррекция?
36. Какие ресурсы можно использовать при оказании психологической помощи, человеку, собирающемуся покончить с собой?

### **Примерные темы рефератов (докладов)**

1. Профессиональный стресс и особенности эмоционального выгорания в экстремальной ситуации (на материале работников атомной энергетики)
2. Структура экстремального опыта (на примере участников экстремальных игр)
3. Особенности травматического опыта у беспризорников
4. Специфика психологических реакций человека в ситуации автомобильных аварий
5. Связь поиска острых ощущений с рискованной поведением
6. Специфика мотивации человека в экстремальной ситуации (на примере экстремальных видов отдыха)
7. Трансформация смысла личности в кризисной ситуации
8. Конструктивная работа личности с травматическим опытом

9. Психологический анализ воспоминаний у узников ГУЛАГа.
10. Анализ психологических реакций людей после теракта (по материалам интервью после взрывов в метро (Москва, 2010))
11. Структура травматического опыта у ликвидаторов аварии на Чернобыльской АЭС
12. Экстремальность как ситуация жизненного испытания личности
13. Феномен подростковой экстремальности.
14. Современные конфликты и войны: особенности, причины возникновения, предназначение и тенденции в развитии.
15. Трансформация смысловых структур жизненного мира человека под воздействием СМИ (на примере освещения военного конфликта в Грузии с Южной Осетией).
16. Трансформация смысла при посттравматических стрессовых расстройствах
17. Трансформация смысла в кризисной ситуации
18. Травматический стресс в детском возрасте
19. Структурирование катастрофического опыта (на примере водителей после аварий)
20. Структура мотивации человека в экстремальной ситуации
20. Смысловой конфликт как фактор детерминации ПТСР.
21. Смысловая работа личности с экстремальным опытом
22. Анализ нарративов как способа работы личности с травматическим опытом.
23. Анализ эффективности совладания со стрессом (на примере лиц, злоупотребляющих алкоголем)
24. Взаимосвязь когнитивных и эмоциональных процессов при просмотре экстремальных сюжетов.
25. Вспышки воспоминаний и травматический опыт
26. Компulsive повторение как переживание травматического опыта.
27. Компulsive повтор как поиск смысла в травматической ситуации
28. Структура и функции кошмарного сновидения у людей, переживших экстремальную ситуацию
29. Особенности проявления страха при вторичной травматизации
30. Первичная и вторичная травматизация детей вынужденных мигрантов
31. Особенности совладания с экстремальным опытом (на материале переживания последствий экономического кризиса)
32. Переживание травматического опыта у врачей.
33. Проблемы трансформации самоидентичности при ПТСР
34. Личностные особенности психолога, работающего в экстремальной ситуации
35. Синдром выгорания у специалистов помогающих профессий
36. Проявление синдрома сгорания у лиц помогающих профессий
37. Связь мотивации достижения и афиллиации с копинг-стратегиями у медиков
38. Какие задачи решает психологическая консультация в экстремальной ситуации?
39. Какие ресурсы и виды психологической помощи, человеку, собирающемуся покончить с собой, можно использовать?

### **Распределение самостоятельной работы**

Виды, формы и объемы самостоятельной работы студентов при изучении данной дисциплины определяются ее содержанием и отражены в следующей таблице:

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование тем (разделов) дисциплины</b>	<b>Вид самостоятельной работы</b>	<b>Объем самостоятельной работы</b>
1.	Психология безопасности как наука	Подготовка к аудиторным занятиям, написание рефератов, подготовка докладов	22
2.	Личность как субъект психологической безопасности	Подготовка к аудиторным занятиям, написание рефератов, подготовка докладов	22
3.	Психологическая безопасность и общество	Подготовка к аудиторным занятиям, написание рефератов, подготовка докладов	22
<b>ИТОГО:</b>			<b>66</b>

## **8. Перечень вопросов и типовые задания для подготовки к промежуточной аттестации**

### **8.1. Перечень вопросов для подготовки к зачету с оценкой**

1. Рост интереса к проблемам безопасности и безопасного существования человека в современном мире.
2. Понятия безопасности и психологической безопасности.
3. Сущность психологии безопасности как новой отрасли психологии.
4. Объекты психологии безопасности.
5. Многообразие предмета психологии безопасности.
6. Критерии психологической безопасности.
7. Основания классификации угроз личности, характеристика угроз: по универсальности, по времени действия, по способу действия, по степени опасности, по возможности предотвращения, по степени вероятности, по источникам возникновения.
8. Тактики поведения человека в ответ на ситуации опасности.
9. Источники угроз безопасности.
10. Факторы и причины угроз психологической безопасности личности.
11. Рассмотрение понятия безопасности в зарубежных теориях (Мелаии Кляйи, Карен Хорни, Джои Боулби, М. Спиро, Эрик Эриксон, Рональд Лэйнг, Курт Гольдштейн, Абрахам Маслоу, К. Роджерс, Микаэлм Балинт и др.), понятие опасности в теории З.Фрейда.
12. Стремление человека к безопасности в теории Гарри Стека Салливана.
13. Конфликт между стремлением к свободе и стремлением к безопасности в теории Эрика Фромма.
14. Рассмотрение проблемы психологии безопасности человека в современной научной мысли российских психологов.
15. Категориальный аппарат психологии безопасности (психологическая безопасность, информационно-психологическая безопасность, информационная среда, риск, психологическая защищенность, психологическая защита, психологическая устойчивость).
16. Междисциплинарность и над дисциплинарность психологии безопасности.
17. Безопасность с точки зрения психологии, экономики, экологии и социологии.

Интерпретация феномена безопасности в экономическом, информационном, экологическом, социологическом, правовом подходах.

18. Сущность понятий информационной безопасности, информационного общества, информационных технологий.

19. Проблемы взаимодействия человека и информационной среды: социальная неопределенность, проблема идентичности, проблема адаптации к информационному обществу, свобода доступа к информации и свобода ее распространения, манипулирование сознанием.

20. Угрозы информационной безопасности: вредоносные программы; вредоносные инсайдеры; социальные сети; социальная инженерия

21. Информационные угрозы, интернет-зависимость.

22. Проблемы, связанные с процессом социализации человека в Интернете.

23. Критерии информационно-психологической безопасности.

24. Цифровая грамотность.

25. Алгоритмом информационно-психологической защиты в различных коммуникативных ситуациях.

26. Средства массовой информации, их влияние на психику человека.

27. Манипулятивные техники и приемы СМИ.

28. Подходы к обеспечению информационно-психологической безопасности личности.

29. Сущность и особенности экстремальных ситуаций. Особенности социального поведения в экстремальных ситуациях.

30. Несовместимость как фактор возникновения межгрупповых конфликтов.

31. Сущность понятия фрустрации.

32. Психические и функциональные состояния человека в экстремальной ситуации: агрессия, страх, двигательное возбуждение, нервная дрожь, плач, истерика, галлюцинации, апатия и др.

33. Этапы, через которых человек проходит, оказавшись в экстремальной ситуации.

34. Толпа как фактор большой опасности при любой чрезвычайной ситуации, особенности поведения людей в толпе.

35. Особенности паники как психологического состояния.

36. Особенности массового психоза.

37. Стратегии поведения человека в опасных и чрезвычайных ситуациях: борьба, бегство, бездействие, задержка решения, отказ от действий, стигматизация и др.

38. Экстремальное поведение.

39. Экстремальные виды спорта и причины риска.

40. Виктимное поведение, особенности личностной виктимности.

41. Основные подходы к оказанию психологической помощи.

42. Последствия воздействия критических ситуаций на личность: острое стрессовое расстройство; психологическая травма, ее симптомы; психологический кризис; посттравматическое стрессовое расстройство, его симптомы; особенности детских психических травм.

43. Стратегии формирования психологической безопасности: во временном аспекте; опора на религиозные чувства.

44. Психологическая устойчивость как стратегия формирования психологической безопасности.

45. Факторы и условия формирования психологической устойчивости.

46. Копинг-стратегии как актуальные ответы личности на воспринимаемую угрозу, их виды.

47. Методы обеспечения безопасности в образовательной среде.

48. Жизнестойкость как стратегия обеспечения психологической безопасности: состав, характеристики.

49. Роль положительных эмоций, смеха в обеспечении жизнестойкости.
50. Механизмы формирования психологической безопасности:
51. Физическая безопасность и методы ее обеспечения.
52. Понятия социальной безопасности и социально-безопасной среды.
53. Психологическая безопасность в межличностном общении, методы обеспечения. Моральная безопасность, методы обеспечения.
54. Психотерапевтические методы оказания помощи людям для формирования психологической безопасности: когнитивно-поведенческая терапия; психодинамическая терапия; системная терапия; интеграционная терапия; психологическое консультирование.

## **8.2. Типовые задания для оценки знаний**

1. Психологическая защита подразделяется на:
  - а) социально-групповую;
  - б) индивидуально-личностную;
  - в) диадную;
  - г) внутригрупповую.
2. Социально-групповая психологическая защита определяется:
  - а) наличием информационных потоков внутри и между формальными и неформальными группами, в которых взаимодействует индивид, групповыми нормами, требованиями и системой санкций;
  - б) наличием групповой динамики, принятием всеми членами группы того или иного представителя, групповая сплоченность;
  - в) комплексом защитных механизмов личности, стратегий поведения и взаимодействия с окружающими.
3. Индивидуально-личностная психологическая защита – это:
  - а) степень личностной защищенности индивида.
  - б) потребность в защите каждого индивида;
  - в) комплекс защитных способностей от внешнего воздействия;
  - г) стратегия поведения.

## **8.3. Типовое задание для оценки умений**

Вы отдыхали у родных на Кубани, местная речка вышла из берегов, возникла угроза наводнения, Ваша семья получила предупреждение об эвакуации. Проанализируйте риски личной безопасности и безопасности окружающих в данной ситуации.

Какие меры психологического воздействия для окружающих здесь уместны?

## **8.4. Типовое задание для оценки навыков**

Передвигаясь по тонкому льду озера, вы внезапно попали в холодную воду. Что вы будете делать, достигнув берега?

## 9. Перечень основной и дополнительной учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины

### 9.1. Основная литература

1. Психология безопасности : учебное пособие для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перельгина. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 269 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-15702-4. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/509485>
2. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности: учебник и практикум для вузов / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва: Издательство Юрайт, 2020. — 182 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08342-2. — Текст: электронный // ЭБС Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/452466>

### 9.2. Дополнительная литература

1. Забарин, А. В. Психология толпы и массовых беспорядков : учебник и практикум для вузов / А. В. Забарин. — Москва : Издательство Юрайт, 2024. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04417-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/539220>
2. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2023. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16773-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/531683>

## 10. Перечень ресурсов информационно-телекоммуникационной сети «Интернет», необходимых для освоения дисциплины и информационных технологий, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине, включая перечень программного обеспечения и информационных справочных систем (при необходимости)

1. <https://urait.ru> – ЭБС «Образовательная платформа Юрайт»
2. <http://biblioclub.ru> - ЭБС «Университетская библиотека онлайн».
3. <https://elibrary.ru>- научная электронная библиотека (НЭБ) «eLIBRARY.RU»
4. <http://www.encyclopedia.ru> - Мир энциклопедий.
5. <https://student2.consultant.ru/> – онлайн-версия КонсультантПлюс: Студент
6. <https://4brain.ru/psy>/Психология человека

### **Лицензионное программное обеспечение:**

- Windows (зарубежное, возмездное);
- MS Office (зарубежное, возмездное);
- Adobe Acrobat Reader (зарубежное, свободно распространяемое);
- КонсультантПлюс: «КонсультантПлюс: Студент» (российское, свободно распространяемое);
- 7-zip – архиватор (зарубежное, свободно распространяемое);
- Comodo Internet Security (зарубежное, свободно распространяемое).



## **11. Методические рекомендации по организации изучения дисциплины**

Организация образовательного процесса регламентируется учебным планом и расписанием учебных занятий. Язык обучения (преподавания) – русский.

При формировании своей индивидуальной образовательной траектории обучающийся имеет право на перезачет соответствующих дисциплин и профессиональных модулей, освоенных в процессе предшествующего обучения, который освобождает обучающегося от необходимости их повторного освоения.

### **Образовательные технологии**

Учебный процесс при преподавании курса основывается на использовании традиционных, инновационных и информационных образовательных технологий. Традиционные образовательные технологии представлены занятиями семинарского и лекционного типа. Инновационные образовательные технологии используются в виде широкого применения активных и интерактивных форм проведения занятий. Информационные образовательные технологии реализуются путем активизации самостоятельной работы студентов в информационной образовательной среде.

### **Занятия лекционного типа**

Лекционный курс предполагает систематизированное изложение основных вопросов учебного плана.

На первой лекции лектор обязан предупредить студентов, применительно к какому базовому учебнику (учебникам, учебным пособиям) будет прочитан курс.

Лекционный курс должен давать наибольший объем информации и обеспечивать более глубокое понимание учебных вопросов при значительно меньшей затрате времени, чем это требуется большинству студентов на самостоятельное изучение материала.

### **Занятия семинарского типа**

Семинарские (практические) занятия представляют собой детализацию лекционного теоретического материала, проводятся в целях закрепления курса.

Основной формой проведения семинаров и практических занятий является обсуждение наиболее проблемных и сложных вопросов по отдельным темам, а также решение задач и разбор примеров и ситуаций в аудиторных условиях. В обязанности преподавателя входят: оказание методической помощи и консультирование студентов по соответствующим темам курса.

Активность на практических занятиях оценивается по следующим критериям:

- ответы на вопросы, предлагаемые преподавателем;
- участие в дискуссиях;
- выполнение проектных и иных заданий;
- ассистирование преподавателю в проведении занятий.

Доклады и оппонирование докладов проверяют степень владения теоретическим материалом, а также корректность и строгость рассуждений.

Оценивание практических заданий входит в накопленную оценку.

### **Самостоятельная работа обучающихся**

Самостоятельная работа студентов – это процесс активного, целенаправленного приобретения студентом новых знаний, умений без непосредственного участия преподавателя, характеризующийся предметной направленностью, эффективным контролем и оценкой результатов деятельности обучающегося.

Цели самостоятельной работы:

- систематизация и закрепление полученных теоретических знаний и практических умений студентов;
- углубление и расширение теоретических знаний;
- формирование умений использовать нормативную и справочную документацию, специальную литературу;

– развитие познавательных способностей, активности студентов, ответственности и организованности;

– формирование самостоятельности мышления, творческой инициативы, способностей к саморазвитию, самосовершенствованию и самореализации;

– развитие исследовательских умений и академических навыков.

Самостоятельная работа может осуществляться индивидуально или группами студентов в зависимости от цели, объема, уровня сложности, конкретной тематики.

Технология организации самостоятельной работы студентов включает использование информационных и материально-технических ресурсов образовательного учреждения.

Перед выполнением обучающимися самостоятельной работы преподаватель может проводить инструктаж по выполнению задания. В инструктаж включается:

– цель и содержание задания;

– сроки выполнения;

– ориентировочный объем работы;

– основные требования к результатам работы и критерии оценки;

– возможные типичные ошибки при выполнении.

Инструктаж проводится преподавателем за счет объема времени, отведенного на изучение дисциплины.

Контроль результатов самостоятельной работы студентов может проходить в письменной, устной или смешанной форме.

Студенты должны подходить к самостоятельной работе как к наиважнейшему средству закрепления и развития теоретических знаний, выработке единства взглядов на отдельные вопросы курса, приобретения определенных навыков и использования профессиональной литературы.

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

При самостоятельной проработке курса обучающиеся должны:

– просматривать основные определения и факты;

– повторить законспектированный на лекционном занятии материал и дополнить его с учетом рекомендованной по данной теме литературы;

– изучить рекомендованную литературу, составлять тезисы, аннотации и конспекты наиболее важных моментов;

– самостоятельно выполнять задания, аналогичные предлагаемым на занятиях;

– использовать для самопроверки материалы фонда оценочных средств;

– выполнять домашние задания по указанию преподавателя.

### **Рекомендации по обучению инвалидов и лиц с ОВЗ**

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ может быть организовано как совместно с другими обучающимися, так и в отдельных группах. Предполагаются специальные условия для получения образования инвалидами и лицами с ОВЗ.

Профессорско-педагогический состав знакомится с психолого-физиологическими особенностями обучающихся инвалидов и лиц с ОВЗ, индивидуальными программами реабилитации инвалидов (при наличии). При необходимости осуществляется дополнительная поддержка преподавания тьюторами, психологами, социальными работниками, прошедшими подготовку ассистентами.

В соответствии с методическими рекомендациями Минобрнауки РФ (утв. 8 апреля 2014 г. № АК-44/05вн) в курсе предполагается использовать социально-активные и рефлексивные методы обучения, технологии социокультурной реабилитации с целью оказания помощи в установлении полноценных межличностных отношений с другими

студентами, создании комфортного психологического климата в студенческой группе. Подбор и разработка учебных материалов производятся с учетом предоставления материала в различных формах: аудиальной, визуальной, с использованием специальных технических средств и информационных систем.

Медиа материалы также следует использовать и адаптировать с учетом индивидуальных особенностей обучения инвалидов и лиц с ОВЗ.

Освоение дисциплины инвалидами и лицами с ОВЗ осуществляется с использованием средств обучения общего и специального назначения (персонального и коллективного использования). Материально-техническое обеспечение предусматривает приспособление аудиторий к нуждам инвалидов и лиц с ОВЗ.

Форма проведения аттестации для студентов-инвалидов и лиц с ОВЗ устанавливается с учетом индивидуальных психофизических особенностей. Для инвалидов и лиц с ОВЗ предусматривается доступная форма предоставления заданий оценочных средств, а именно:

- в печатной или электронной форме (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- в печатной форме или электронной форме с увеличенным шрифтом и контрастностью (для лиц с нарушениями слуха, речи, зрения);
- методом чтения ассистентом задания вслух (для лиц с нарушениями зрения).

Студентам с инвалидностью и лицам с ОВЗ увеличивается время на подготовку ответов на контрольные вопросы. Для таких студентов предусматривается доступная форма предоставления ответов на задания, а именно:

- письменно на бумаге или набором ответов на компьютере (для лиц с нарушениями слуха, речи);
- выбором ответа из возможных вариантов с использованием услуг ассистента (для лиц с нарушениями опорно-двигательного аппарата);
- устно (для лиц с нарушениями зрения, опорно-двигательного аппарата).

При необходимости для обучающихся с инвалидностью и лиц с ОВЗ процедура оценивания результатов обучения может проводиться в несколько этапов.

## **12. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине**

**Учебная аудитория «Кабинет безопасности жизнедеятельности»**, предназначенная для проведения учебных занятий, предусмотренных настоящей рабочей программой дисциплины, оснащенная оборудованием и техническими средствами обучения, в состав которых входят: комплекты специализированной учебной мебели, доска классная, учебно-наглядные пособия, обеспечивающие тематические иллюстрации по дисциплине, шкаф с оборудованием, мультимедийный проектор, экран, компьютер с установленным лицензионным программным обеспечением, с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.

**Помещение для самостоятельной работы** обучающихся – аудитория, оснащенная следующим оборудованием и техническими средствами: специализированная мебель для преподавателя и обучающихся, доска учебная, мультимедийный проектор, экран, звуковые колонки, компьютер (ноутбук), персональные компьютеры для работы обучающихся с установленным лицензионным программным обеспечением, с выходом в сеть «Интернет» и доступом в электронную информационно-образовательную среду.