



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

INSTITUTE OF INTERNATIONAL ECONOMIC RELATIONS

Принята на заседании
Учёного совета ИМЭС
(протокол от 26 марта 2026 г. № 7)

УТВЕРЖДАЮ
Ректор ИМЭС Ю.И. Богомолова
26 марта 2026 г.

РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ

ПСИХОЛОГИЯ БЕЗОПАСНОСТИ

по направлению подготовки
37.03.01 Психология

Направленность (профиль) «Конфликтология»

Москва – 2026

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

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	15
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	16
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.

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

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	Планируемые результаты обучения по дисциплине
<p>Безопасность жизнедеятельности УК-8 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>Знать: 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. Уметь: анализировать риски при угрозе и возникновении чрезвычайных ситуаций в повседневной жизни и профессиональной деятельности. Владеть: навыками формирования безопасных условий жизнедеятельности.</p>
<p>Психологическое вмешательство (развитие, коррекция, реабилитация) ОПК-5 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>Знать: последствия воздействия критических ситуаций на личность; психотерапевтические методы оказания помощи людям для формирования психологической безопасности. Уметь: определять методы и приемы оказания психологической помощи. Владеть: 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>Тема 1. Объект психологии безопасности. Многообразие предмета психологии безопасности. 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>Тема 2. История рассмотрения феномена безопасности в социальных науках. 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>Тема 3. Психология безопасности в междисциплинарном пространстве 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>Тема 4. Безопасность личности в информационном обществе</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: изобилие 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 (недостоверная 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>Тема 7. Социальная стабильность и психологическая безопасность 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>Тема 8. Современное общество рисков и психологическая безопасность 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>Тема 9. Доверие как фактор социально-безопасного взаимодействия 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
Итого:		28	14	66	108

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) по дисциплине

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 рискованным 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. Компульсивное повторение как переживание травматического опыта.
27. Компульсивный 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?

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 (Мелани 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 (недоверие 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).
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 : учебник для вузов / А. И. Донцов, Ю. П. Зинченко, О. Ю. Зотова, Е. Б. Перелыгина. — 2-е изд. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 165 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-21603-5. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581811>

2. Суворова, Г. М. Психологические основы безопасности : учебник и практикум для вузов / Г. М. Суворова. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 174 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-17246-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/584756>

9.2. Дополнительная литература

1. Забарин, А. В. Психология толпы и массовых беспорядков : учебник и практикум для вузов / А. В. Забарин. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 211 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-04417-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/585523>

2. Одинцова, М. А. Психология экстремальных ситуаций : учебник и практикум для вузов / М. А. Одинцова, Е. В. Самаль. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 294 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16773-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/583915>

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. <http://biblioclub.ru> - ЭБС «Университетская библиотека онлайн».
2. <https://urait.ru> – ЭБС «Образовательная платформа Юрайт»
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 [Электронный ресурс]

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.